

4. Tria l'article correcte. Recorda:

	SINGULAR		PLURAL
MASCULÍ	el	l'	els
FEMENÍ	la	l'	les



()
()

ARRÒS



()
()

OLI



()
()

SUCRE



()
()

OUS



()
()

PA



()
()

SAL



()
()

CARN



()
()

PEIX



PASTA



FORMATGE



XOCOLATE



LLET



MEL



IOGURT



GALETES



CEREALS



ENSALADA



HAMBURGUESA



PAELLA



SOPA



ESPAGUETIS



LASANYA



BESCUIT



CROQUETES



**CREÏLLES
FREGIDES**



PASTÍS



**POLLASTRE
ROSTIT**



**PLAT DE
LLEGUMS**

5. Completa el text.

L'alimentació és un procés que ens acompanya al llarg de la _____, a través del qual obtenim els nutrients i l'energia. Malgrat que existeixen moltes propostes _____, una de les més conegudes al nostre entorn és la dieta mediterrània.

La dieta mediterrània es basa en el consum majoritari d'aliments d'origen vegetal, com fruites i _____ del temps, llegums, cereals integrals, oli d' _____ verge extra i, en menor quantitat, els làctics i el peix, seguit de les carns i els ous. L'aigua és la _____ principal i la més saludable.

verdures	saludables	beguda	vida	oliva
----------	------------	--------	------	-------

6. Ordena les oracions.

soparé	ensalada.	una	Hui

cuina	La	mare	meua	molt bé.

molt	mediterrània	La dieta	és	saludable.

oli d'oliva	Espanya	mundial.	fabrica	a nivell