

L'ALIMENTAZIONE

COLLEGA OGNI PRINCIPIO NUTRITIVO AGLI ALIMENTI CHE LO CONTENGONO

PROTEINE
(legumi, uova,
carne, formaggio)



VITAMINE
(frutta, verdura, pesce, latte)



GRASSI E CARBOIDRATI
(pasta, pane, olio, patate)



COLLEGA OGNI PRINCIPIO NUTRITIVO CON LA SUA FUNZIONE

PROTEINE

DANNO ENERGIA AL CORPO

VITAMINE

SERVONO A MANTENERSI IN SALUTE
E A PROTEGGERSI DALLE MALATTIE

GRASSI E CARBOIDRATI

SERVONO A COSTRUIRE E RIPARARE
CELLULE

TRASCINA OGNI ALIMENTO NELLA SUA TABELLA

GRASSI	CARBOIDRATI



VITAMINE	PROTEINE

