

Alimentos y nutrientes 2

Hacé clic en la respuesta correcta:



¿Qué nutrientes son la principal fuente de energía para ser utilizada rápidamente?

Vitaminas

Proteínas

Hidratos de carbono



¿Qué nutrientes son necesarios para formar y reparar tejidos?

Vitaminas

Proteínas

Hidratos de carbono



¿Qué nutrientes aportan energía de reserva?

Hidratos de carbono

Proteínas

Lípidos



¿Cuáles de estos alimentos aportan principalmente hidratos de carbono?



¿Cuáles de estos alimentos aportan proteínas principalmente?

