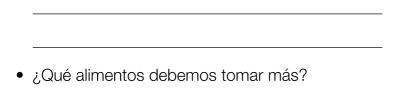
La dieta es el conjunto de alimentos que ingiere una persona. Es recomendable tomar alimentos variados y reducir el consumo de aquellos que contienen mucha azúcar y grasa.				
nos permite	saludable tiene que ser suficiente y equilibrada. La rued e organizar los alimentos y diseñar una dieta adecuada e todos los nutrientes que necesitamos.			
Completa el	texto con las siguientes palabras.			
	bebidas – conjunto – alimentos – equilibrada – s	aludable		
∟a dieta es el	de todos los	, incluyendo		
	/ las, que toma una persona. Un	a dieta		
as comidas y	/ las, que toma una persona. Un debe ser suficiente y			
as comidas y	/ las, que toma una persona. Un	orada?		
as comidas y ¿Qué caracto	v las, que toma una persona. Un debe ser suficiente y  erísticas debe cumplir una dieta suficiente y equilil	orada?		

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

4	Contesta	las	siguientes	preguntas.
_			0.9000	p 9

•	¿Que se	representa	en la rued	da de los a	limentos?





- ¿Por qué hay alimentos que se representan más pequeños que otros?
- ¿En qué lugar de la rueda se aconseja beber mucha agua y hacer ejercicio?

## 5 Observa las fotografías y completa la tabla.

Grupo al que pertenece	Alimento rico en	Consumo ocasional o diario