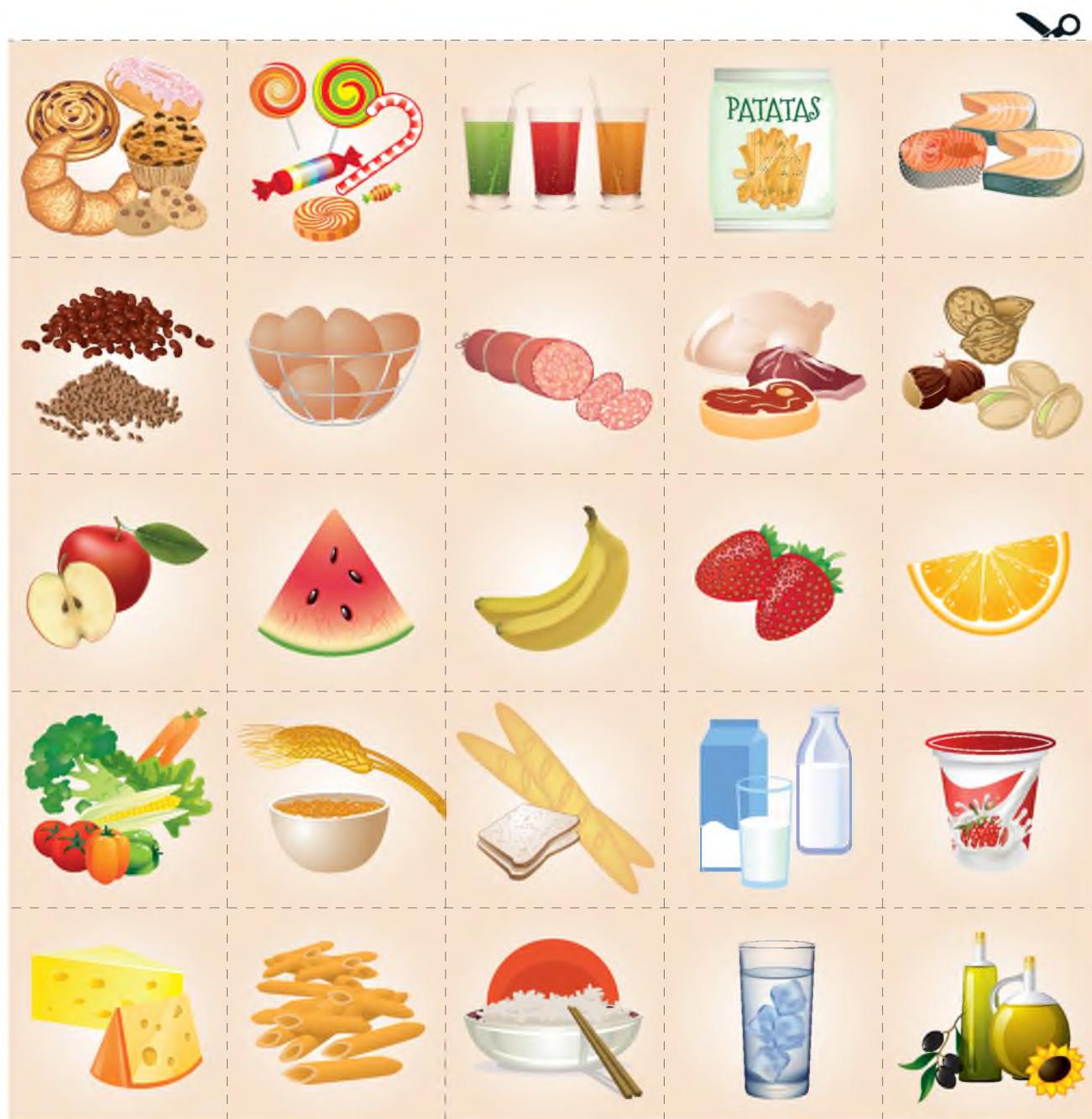
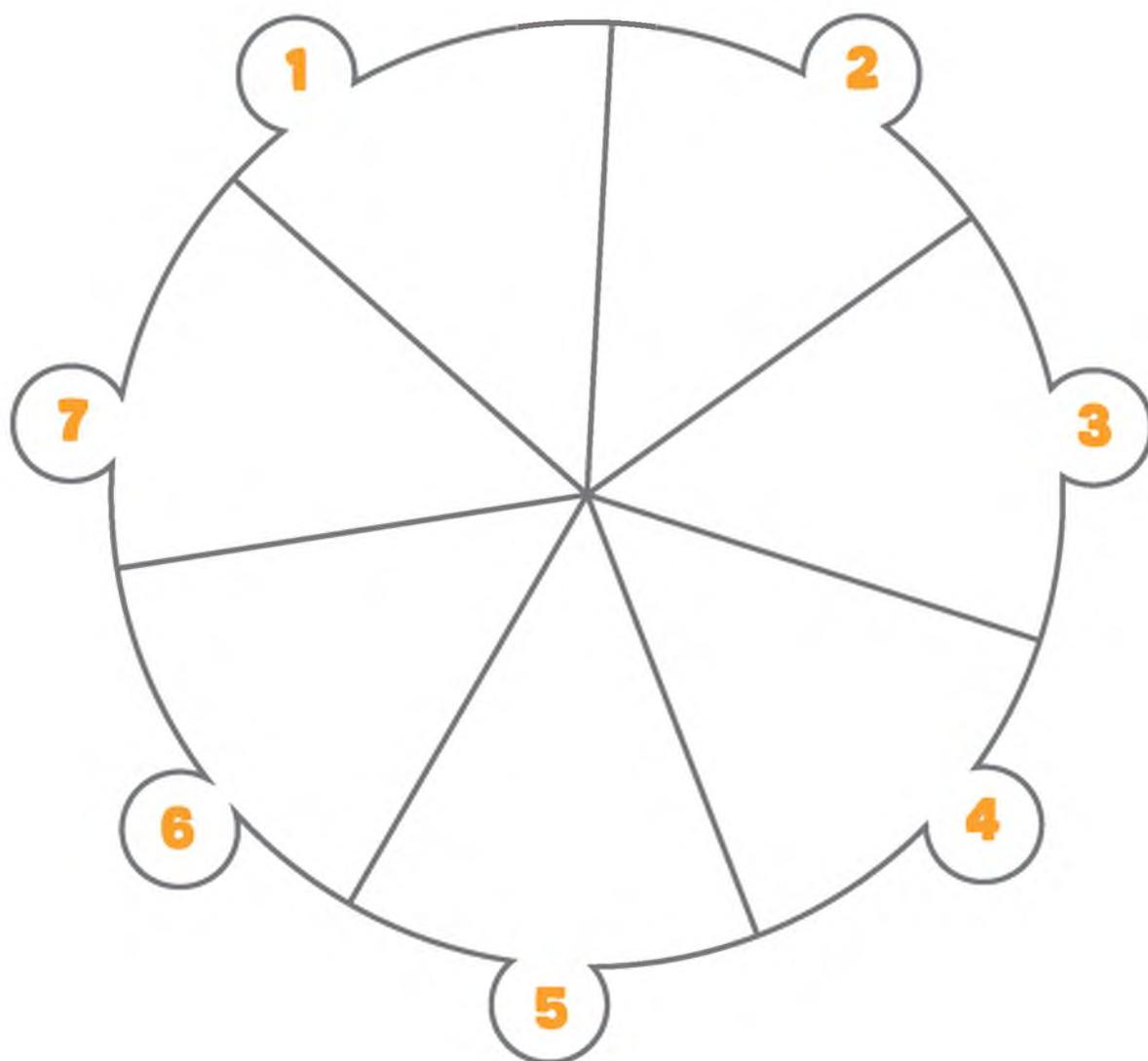


Ficha actividad 1: VAMOS A CONSTRUIR UNA PIRÁMIDE



Ficha actividad 2:
PINTA LA RUEDA DE LOS ALIMENTOS



1. Grasas, aceites y mantequilla
2. Leche, yogur, cuajada y queso
3. Carne, huevos y embutidos
4. Pescados y mariscos
5. Frutas y frutos secos
6. Legumbres, verduras y hortalizas
- 7 Cereales, pan, pasta, arroz y galletas

Ficha actividad **3**:
QUÉ, CUÁNDO, CÓMO LO QUE COMO

Escribe el nombre de alimentos que...

COMO TODOS LOS DÍAS: _____ _____ _____	COMO VARIAS VECES A LA SEMANA: _____ _____ _____	PUEDO COMER DE VEZ EN CUANDO: _____ _____ _____
NUMCA HE PROBADO: _____ _____ _____	NO ME GUSTAN: _____ _____ _____	ME GUSTAN MUCHO: _____ _____ _____
DESAYUNO CADA DÍA: _____ _____ _____	ALMUERZO CADA DÍA: _____ _____ _____	MERIENDO CADA DÍA: _____ _____ _____

Ahora compara con tus compañeros qué coméis cada uno y descubre si tu alimentación es sana y saludable.

