

7. Revisa el empaque de algunos alimentos "chatarra" y anota la cantidad de kilocalorías que contienen.

Producto	kilocalorías
.....
.....
.....
.....

8. Completa las siguientes frases.

- a) Los alimentos se han agrupado en.....
- b) La papa, el maíz, el trigo, el arroz y el camote pertenecen al grupo de.....
- c) Naranja, frijol, soya, betabel y espinacas son ejemplos del grupo de.....
- d) Se conocen también como grupo básico de proteínas; el huevo, la leche, el queso y el hígado son ejemplos del grupo de.....
- e) El chocolate, la azúcar y la miel pertenecen a estos grupos:.....

9. Escribe ejemplos de alimentos en la siguiente pirámide nutricional.

