

¿SABES QUÉ Y CUÁNTO DEBES COMER PARA ESTAR SANO?

Marina Godino, Alejandro Domínguez, Patricia Navas y Lola Sampalo. 1ºBach. B



La rueda de los alimentos es un recurso didáctico muy práctico en el que se ve de una manera muy visual los diferentes grupos de alimentos existentes en la dieta. **Según el tamaño del sector que tenga el grupo de alimentos así debe de ser la proporción de consumo diario.** La pirámide también ha sido muy utilizada.

