

# UNIVERSIDAD DEL SURESTE

---

CARRERA:

**NUTRICIÓN**

MATERIA:

**NUTRICIÓN EN EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA**

TEMA:

**PIRAMIDE PARA PRESCOLAR PREESCOLAR**

CATEDRÁTICO:

**BLASI PINEDAD LAURA**

ALUMNO:

**MONZÓN LÓPEZ LITZY BELÉN**

LUGAR:

**TAPACHULA, CHIAPAS**

# PIRÁMIDE PARA EL PREESCOLAR

La pirámide de los alimentos es un gráfico en el que aparecen los alimentos que debemos comer de una forma esquematizada.



HIDRATOS DE CARBONO

50- 55%



PROTEINAS

10-15 %



GRASAS

30 %



DULCES ( CONSUMO OCASIONAL)



DERIVADOS DE ORIGEN ANIMAL (CONSUMO FRECUENTE)



FRUTAS , VERDURAS Y CERIEALES (CONSUMO DIARIO)

