



Nombre de alumno: DULCE MARIA ORTEGA GORDILLO

Nombre del profesor: DANIELA MONSERRAT MENDEZ

Nombre del trabajo: SUPER NOTA

Materia: NUTRIOLOGIA

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 3°

Grupo: “ ”

"Patrón de alimentación"

Cantidades, proporciones, variedad de combinaciones de los diferentes alimentos, bebidas y nutrientes en la dieta, considerando la frecuencia con la que habitualmente se consume.

"Grupos de Alimentos"

Se clasifican según su composición nutricional. Dentro de un mismo grupo los alimentos son equivalentes en su aporte de nutrientes y por lo tanto intercambiables, mientras que los alimentos en grupos diferentes son complementarios.



Los alimentos están formados en su mayor parte por compuestos bioquímicos comestibles que derivan principalmente de fuentes vivas tales como plantas y animales.

