



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre de alumno:

Karine Abigail Vicente Villatoro

Nombre del profesor:

Lic. Luz Elena Cervantes Monroy

Nombre del trabajo:

Super notas

Materia:

Grado: 4°

Grupo: "A"

PASIÓN POR EDUCAR

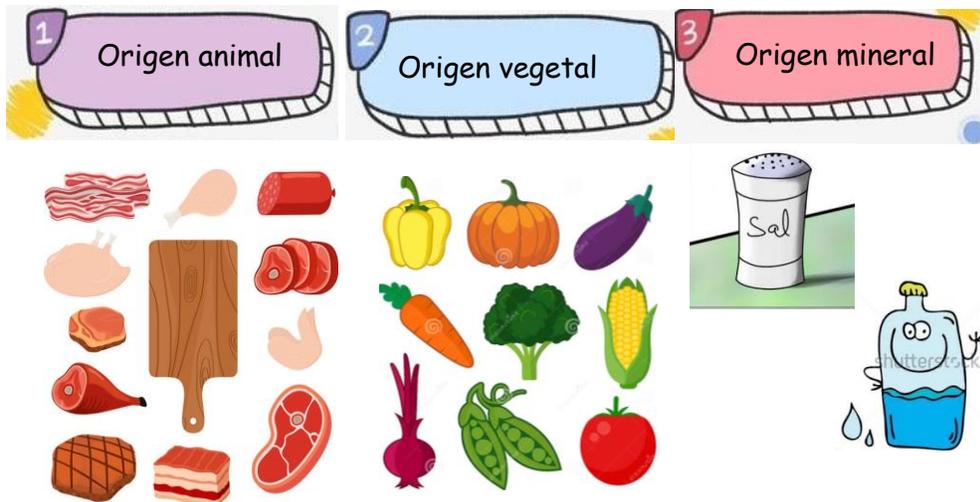
Comitán de Domínguez Chiapas a 21 de septiembre de 2021

LOS ALIMENTOS

¿QUÉ ES UN ALIMENTO?

Es aquello que los seres vivos comen y beben para su subsistencia. El término procede del latín alimentum y permite nombrar a cada una de las sustancias sólidas o líquidas que nutren a los seres humanos, las plantas o los animales.

FUENTES DE ALIMENTO



COMPOSICION DE UN ALIMENTO

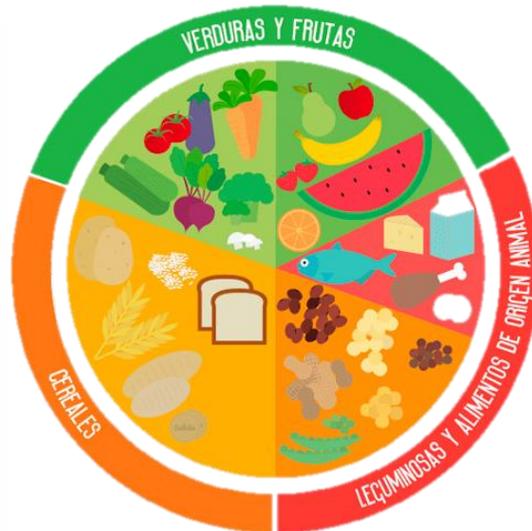
Hidratos de carbono

Grasas o lípidos

Proteínas

Agua y electrolitos

Vitaminas y minerales



Clasificación

Grupo 1

Leches, derivados y lácteos

Grupo 2

Carnes, pescados y huevos

Grupo 3

Papas, legumbres y frutas

Grupo 4

Verduras y hortalizas

Grupo 5

Cereales y leguminosas

Grupo 6

Grasas, aceites y mantequillas

Grupo 7

Azúcares



Bibliografía

Aperte, E. A. (2000). *¿Qué es el alimento? ¿De qué me alimento?* alimentos.

http://formacion.intef.es/pluginfile.php/176598/mod_imsdp/content/13/index.html

UDS. (2020b). preparacion y conservacion de los alimentos.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/afc2622a4eeeb9>

[183d97ad746aada0d3.pdf](#)

