



Mi Universidad

Healthy food

Nombre del Alumno: Víctor Alexis Vázquez Mazariegos

Nombre del tema : healthy food

Parcial : segundo cuatrimestre

Nombre de la Materia: English

Nombre del profesor: Rafael Iván Guillén Alcalá

Nombre de la Licenciatura: licenciatura en nutrición

Cuatrimestre II



Healthy Plate!

Fruits

yogurt
milk

Cherries
Kiwi

Grains



muffins
bread

beans
lettuce



Vegetables



Protein

beans
steak



Healthy Food

Read the passage below and answer the following questions.

Healthy foods are important for our bodies to grow strong and stay healthy. Fruits and vegetables are some of the healthiest foods we can eat. They come in many different colors and flavors. Apples, oranges, carrots, and broccoli are just a few examples of these nutritious foods. They are packed with vitamins and minerals that help us stay energized and keep our immune system strong. Eating healthy foods also helps us have strong bones and teeth. So, next time you're hungry, reach for a delicious and nutritious fruit or vegetable!

1) Why are healthy foods important?

Porque hacen que nuestro cuerpo crezca fuerte y se mantenga saludable

2) What do fruits and vegetables provide us with?

Nos aportan vitaminas y minerales que nos ayudan a mantenernos con energía y mantener fuerte a nuestro sistema inmunológico

3) How do healthy foods help our bodies?

Nos ayuda a tener huesos y dientes fuertes así como un cuerpo capaz y con una mente y organismo estable

4) Name some examples of healthy foods.

Frutas y verduras como lo son las manzanas, las naranjas, las zanahorias, el brócoli y muchos más



Universidad del sureste.2023.antologia de inglés.pdf.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/6b005536f442b32d2405aad5c2e7459c-LC-LNU206%20INGLES%20II.pdf>