



Escribe lo que falta.

En el almuerzo se deben comer _____ y hortalizas. Las proteínas pueden ser carnes, huevos o _____. Los hidratos nos aportan _____ para poder estudiar y _____ todo el día. También tenemos que beber dos vasos de _____. No debemos olvidarnos de lavarnos las _____ antes de comer y _____ de la comida.