

HÀBITS SALUDABLES

LA PIRÀMIDE DELS ALIMENTS

Mira aquest vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=ssEZRrOPny4>

Per realitzar aquesta activitat, primer has d'haver fet la tasca de català.

Mirant la piràmide dels aliments, has de fer un **MENÚ saludable** (incloent la recepta que has fet a català) per a un dia sencer. Recorda que ha de tenir 5 àpats: tres principals (esmorzar, dinar i sopar) i dos secundaris (mig matí, berenar).

Ho podeu fer en un document de google o en un full i enviar una foto al teu tutor.

