Rocha Xavier	**Professora: Tatiana Amaral**
	Aluno (a): **Nº:**
	Turma: 8º ano **Data: 30 / 03 / 20**

GABARITO DE CIÊNCIAS

1- letra E

2- Origem animal: fígado, gema de ovo e leite integral
Origem vegetal: cenoura, espinafre, mamão e manga.

3- Alimentos plásticos ou construtores: Ajuda o corpo a crescer, a se renovar e a se manter resistente. Ricos em proteínas. Ex: Carnes, peixes, frango e soja.

Alimentos energéticos: Fornece energia para o corpo. Carboidratos e Lipídios. (
Respectivamente) Ex: cereais, mel de abelha, trigo, pães, bolos macarrão, biscoitos.
Ex: castanha, margarina gordura presente nas carnes, óleos vegetais.

Alimentos reguladores: Regulam as funções do corpo. Vitaminas e Sais Minerais.
Ex: Verduras, frutas , legumes , água e fibras.

4- Macarrão faz parte do grupo dos energéticos.

5- Para que as crianças possam receber fonte de vitamina D, melhorando a absorção do cálcio.