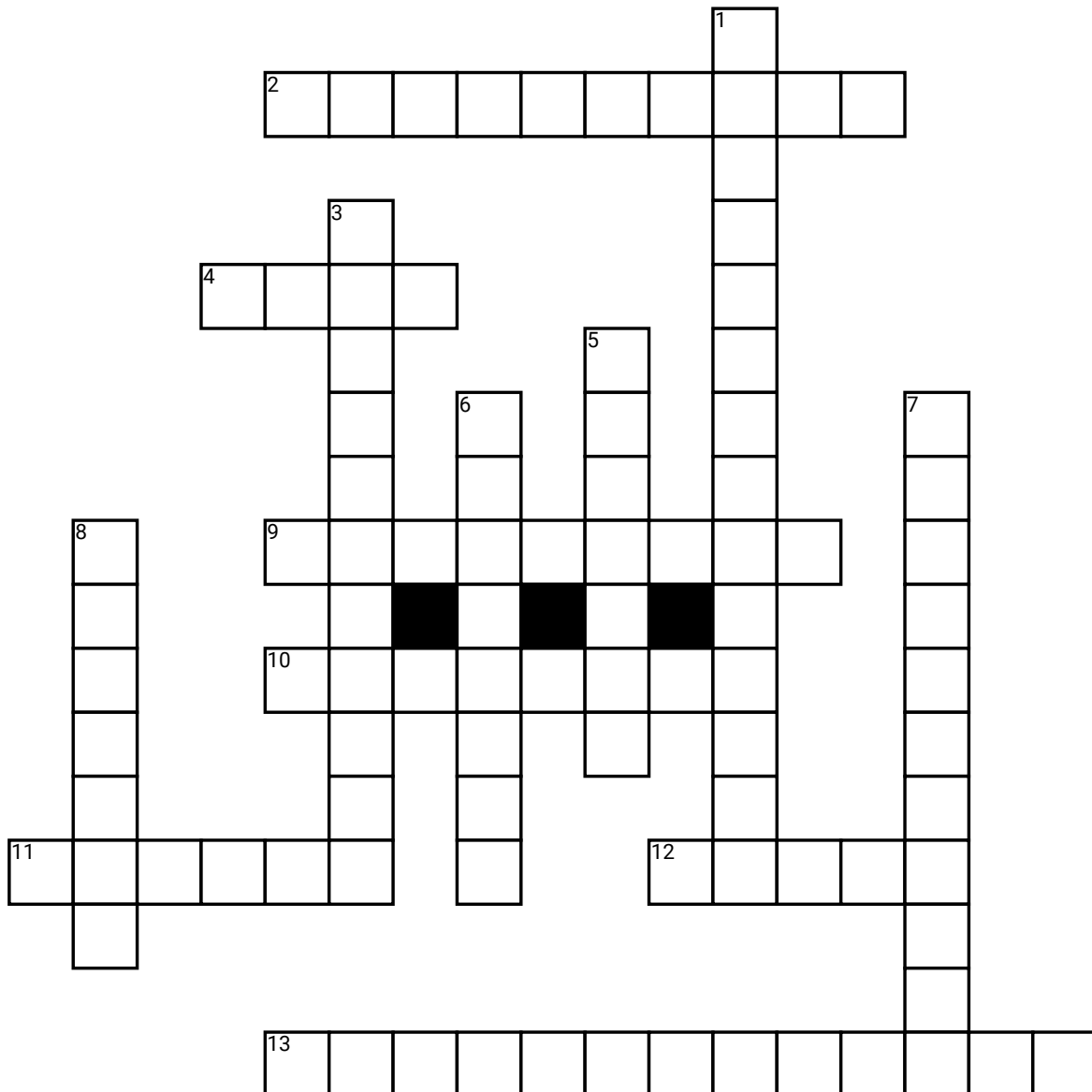


Name: _____

Alimentazione



Across

- 2.** QUANDO ASSUMI PIU' CALORIE DI QUELLE CHE CONSUMI
4. MODO ABBREVIATO PER SCRIVERE KILOCALORIE.
9. QUANDO SI BRUCI PIU' CALORIE DI QUELLE CHE ASSUMI
10. SI TROVA PRINCIPALMENTE NELLA: CARNE, PESCE, UOVA E LEGUMI

11. GRASSI CHE SI TROVANO NELL'OLIO, BURRO, FRUTTA SECCA.

12. SONO I MACRONUTRIENTI CHE SI TROVANO NEI CIBI INTEGRALI

13. L'ASSUNZIONE DI ALIMENTI NECESSARI AL TUO ORGANISMO.

Down

1. I NUTRIENTI CHE FORNISCONO L'ENERGIA

3. MACRONUTRIENTI CHE SI TROVANO NEL PANE, LA PASTA, IL RISO...

5. TE LA DANNO I MACRONUTRIENTI
6. ALLENANDOMI POSSO _____ TANTE CALORIE.

7. ATTIVITA' FISICA

8. LE ASSUMI QUANDO MANGI, LE BRUCI QUANDO FAI QUALCHE ATTIVITA'