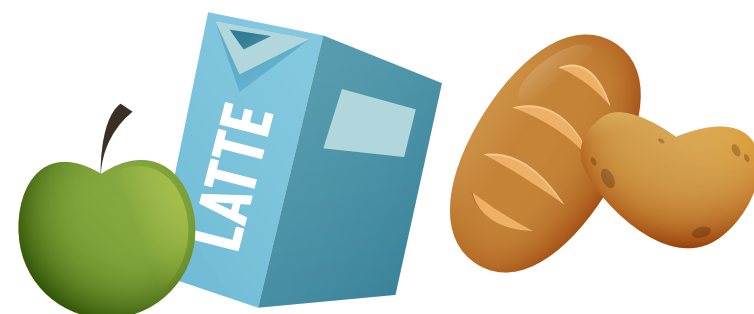


A Scuola di DOLCEZZA

Scopriamo il carburante per il nostro corpo

IN CLASSE IMPARIAMO CHE

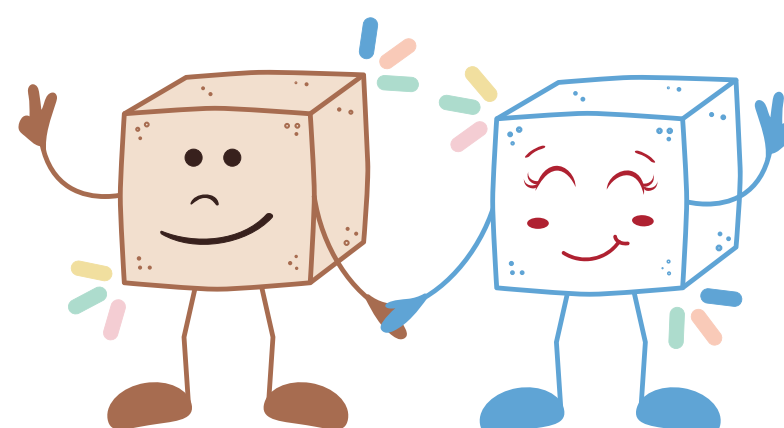
I **CARBOIDRATI** SONO SOSTANZE NUTRITIVE E LI TROVIAMO NEGLI ALIMENTI.



SONO IL CARBURANTE CHE CI ASSICURA TANTA **ENERGIA** PER OGNI MOVIMENTO DEL NOSTRO CORPO, PER IL CERVELLO, COSÌ PURE PER RESPIRARE E PER FARE BATTERE IL CUORE.

MA LO SAI, NON
DEVI ESAGERARE!

I CARBOIDRATI SEMPLICI, COME LO ZUCCHERO, VENGONO ASSORBITI VELOCEMENTE DAL NOSTRO INTESTINO. MANGIARLI A **COLAZIONE** E A **MERENDA** CI FORNISCE LA GIUSTA CARICA PER STUDIARE E FARE SPORT.



E DOPO AVER MANGIATO,
TUTTI A LAVARSI BENE I DENTI!

LO ZUCCHERO CHE USIAMO IN CUCINA È COMPOSTO DA MOLECOLE PRESENTI NELLA LINFA DELLE **PIANTE**, IN PARTICOLARE NELLA BARBABIETOLA E NELLA CANNA DA ZUCCHERO.

