



LOS ALIMENTOS Y LA COMIDA

1 Completa la lista con la ayuda de la imagen.



Frutas y hortalizas

- | | | |
|---------------|-------|-------------|
| la piña | 1 | |
| la fresa | 2 | la fragola |
| la manzana | 3 | |
| la cereza | 4 | la ciliegia |
| la naranja | 5 | |
| la pera | 6 | la pera |
| la uva | 7 | |
| el tomate | 8 | la patata |
| la patata | 9 | |
| la zanahoria | 10 | gli spinaci |
| la lechuga | 11 | |
| las espinacas | 12 | l'aglio |
| el pimiento | 13 | la cipolla |
| el ajo | 14 | la zucchini |
| la cebolla | 15 | |
| el calabacín | 16 | |
| el apio | | |
| la berenjena | | |

Carne y lácteos		Pescado		Cereales y legumbres	
la ternera	il vitello	marisco(s)	i frutti di mare	la pasta	14
el cerdo	il suino	el mejillón	la cozza	el arroz	15
el pollo	11	la gamba	il gambero	los garbanzos	i ceci
el cordero	l'agnello	la almeja	la vongola	los guisantes	i piselli
la leche	12	la lubina	la spigola	las alubias	i fagioli
la mantequilla	il burro	la dorada	l'orata	las lentejas	le lenticchie
el yogur	lo yogurt	el calamar	il calamaro		
el queso	13				
Bebidas		Embutidos		Condimentos	
el agua con/ sin gas	acqua frizzante/ naturale	la salchicha	la salsiccia	el azúcar	lo zucchero
el zumo	il succo	el salchichón	il salame	la sal	il sale
el cava	lo spumante	el jamón ibérico/de york	il prosciutto crudo/cotto	el aceite	16
la cerveza	la birra			el vinagre	l'aceto
el vino blanco/tinto	il vino bianco/rosso				

2 Completa estos consejos para una alimentación saludable.

Evita la "comida rápida" y consume con moderación dulces con mucho **1** Para el recreo y la merienda come pequeños bocadillos, frutas (por ejemplo, una **2** o una **3**) y lácteos (un vaso de **4** o un **5**). En lugar de zumos artificiales, bebe solo **6** La dieta no debe incluir más de 1 huevo al día y de 3-4 por semana. Por lo que concierne al **7**, come lubina o dorada cocinadas al vapor o al horno. Incluye carnes rojas (**8**), sin grasa o blancas (**9**, **10**). Reduce el consumo de embutidos como **11**, **12**, **13**, **14**, **15**, al menos una cruda.

3 Encuentra el intruso en cada grupo de alimentos.

1 leche mantequilla yogur pollo queso 	2 ternera cordero fresa pollo cerdo 	3 tomate espinacas manzana zanahoria calabacín 	4 lentejas garbanzos guisantes alubias piña 	5 aceite almejas mejillones calamares gambas 
--	--	---	---	---

4 Completa los menús con las palabras del recuadro.

fruta • marisco • arroz • jamón • lechuga • fresas • pimientos • dorada • calamares • cerveza

MENÚ DE CELEBRACIÓN  <ul style="list-style-type: none"> ensalada de atún, 1 _____, tomate y cebolla paella de 2 _____ solomillo de ternera lubina o 3 _____ al horno cordero a las hierbas POSTRE <ul style="list-style-type: none"> tarta de merengue y 4 _____ flan casero BEBIDAS <ul style="list-style-type: none"> vino tinto/blanco, 5 _____, agua 	MENÚ VEGETARIANO  <ul style="list-style-type: none"> 6 _____ con verduras ensalada de col guiso de acelgas y garbanzos crema de calabacines patatas y champiñones al horno POSTRE <ul style="list-style-type: none"> ensalada de 7 _____ 	MENÚ DE TAPAS  <ul style="list-style-type: none"> patatas bravas 8 _____ rellenos con bacalao tortilla española anchoas ahumadas 9 _____ ibérico queso manchego boquerones en vinagre albóndigas mejillones al horno gambas y 10 _____ 
---	---	---

5 Ordena el diálogo entre el camarero (☑) y el cliente (☐).

- | | |
|---|---|
| a <input type="checkbox"/> ☑ Perfecto. Su mesa es la número 10. | j <input type="checkbox"/> ☐ Bueno, de postre... un dulce de leche y un café. ¿Puede traerme también la cuenta? |
| b <input type="checkbox"/> ☐ Sí, soy yo. | k <input type="checkbox"/> ☑ Muy bien. Y... ¿qué desea para beber? |
| c <input type="checkbox"/> ☑ Buenas noches. ¿Tiene usted una reserva? | l <input type="checkbox"/> ☑ De segundo, filete de ternera con patatas. |
| d <input type="checkbox"/> ☐ Gracias. | m <input type="checkbox"/> ☐ Un vaso de vino tinto, gracias. ¿Puede traerme la carta de los postres? |
| e <input type="checkbox"/> ☑ ¿Es Usted el señor Álvarez? | n <input type="checkbox"/> ☑ Claro que sí. Aquí la tiene. |
| f <input type="checkbox"/> ☐ Sí, he reservado para las ocho. | o <input type="checkbox"/> ☐ Por supuesto. Enseguida le traigo todo. ¿Va a pagar con tarjeta o en efectivo? |
| g <input type="checkbox"/> ☑ Bien. ¿Y de segundo? | |
| h <input type="checkbox"/> ☐ De primero, una sopa de pescado. | |
| i <input type="checkbox"/> ☑ ¿Qué va a tomar de primero? | |



CÓMO HAGO PARA... PEDIR ALGO EN UN BAR O EN UN RESTAURANTE

- **Para pedir la comida**
Para mí, una paella de marisco.
De primero..., de segundo..., de postre...
- **Para ver qué se puede comer**
¿Puede traerme la carta?
- **Para pagar**
¿Puede traerme la cuenta, por favor?
- **Para decir la forma de pago**
¿Puedo pagar con tarjeta?
Pago en efectivo.



6 Escribe en tu cuaderno un diálogo en el restaurante entre un cliente y un camarero. Puedes pedir tus platos favoritos o elegir entre los del ejercicio 4.