



-
1. ¿Qué es la dieta mediterránea y en qué consiste?
 2. ¿Cuál es el origen de la dieta mediterránea? ¿Qué piensas?
 3. ¿Cuáles son los beneficios de la dieta mediterránea?
 4. ¿Cómo llevar una alimentación balanceada?
 5. ¿Cómo debe ser una dieta completa?
 6. ¿Cuáles son los alimentos que contienen más hidratos de carbono?
 7. ¿Cuáles son los beneficios de una dieta correcta?
 8. ¿Qué características debe tener una dieta para ser correcta?
-

Para expresar opinión:

En mi opinión...

Con respecto a...

En cuanto a...

Desde mi punto de vista...

A mi juicio...

En relación con...

Acerca de...

Para serle sincero, le diré que...

Soy del criterio de que...

Otro punto importante es...

Por lo que se refiere a...

El siguiente punto es que...



Vocabulario:

- ayuno, ayunar
- régimen
- alimentación
- entrada
- postre
- comida basura / chatarra
- engordar(se)
- potaje
- carne a la plancha
- hamburguesa
- bebidas azucaradas
- proteínas
- carbohidratos / hidratos de carbono
- vitaminas
- minerales
- metabolismo
- digestión
- digerir
- obesidad
- avitaminosis
- yantar
- tentempié
- manjar
- víveres