

# ¿Qué desayunas?

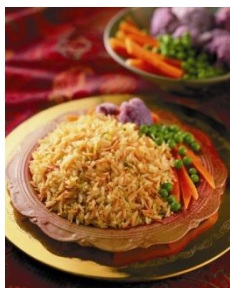
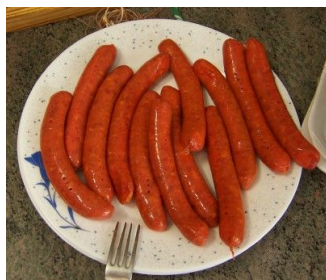
**Objetivo;**

**To say what you eat and  
using time expressions**



**MUST** be able to talk about  
mealtimes in Spanish  
**SHOULD** be able to say when  
you eat  
**COULD** use a dictionary to  
look up more words

# ¿Cuántas podéis recordar?



# Put these in order from most to least healthy

1. Tomo mucho pescado como merluza o trucha a menudo, y no como carne roja. No me gusta la fruta y tampoco como verduras.

2. Me gusta comer mucho, pero solo carne roja o pasta. La verdura y la fruta no me gustan nada. Me encanta tomar café y fumar después de comer.

3. Creo que llevo una dieta equilibrada, pero creo que bebo demasiados refrescos y tomo postres. Me encanta el chocolate.

4. Para no engordar, no como nunca comida rápida y evito comer sal o grasas. Como de todo, excepto chocolate. Como carne, pescado, verdura y fruta, pero con moderación.



¿Qué  
comes?



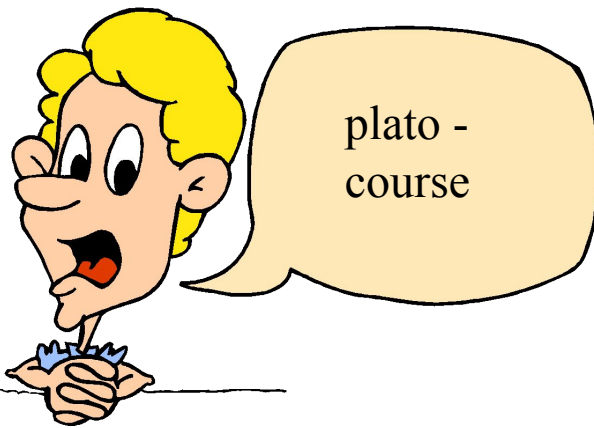


**¿Qué  
meriendas?**



**¿Qué cenas?**





Speaking: With your partner, take turns asking and answering the following questions.

1. ¿Qué desayunas?                      Desayuno ...
2. ¿Qué almuerzas?                      Almuerzo...
3. ¿Qué cenas?                      Ceno...
4. ¿Qué comes de primer plato?    Para el primer plato como...
5. ¿Qué comes de segundo plato?    Para el segundo plato como...
6. ¿Qué comes para el postre?    Para el postre como...

Para el desayuno no tomo mucho. Desayuno café con leche, galletas o pan.

En España la comida es a las dos o las tres. Es la comida principal del día. En mi casa la comida es a las dos. De primer plato normalmente tomo sopa o verduras y de segundo plato tomo carne (chuletas, por ejemplo o pollo con arroz). De postre siempre como fruta.

Los domingos de primer plato a veces comemos mariscos, por ejemplo gambas o calamares. De segundo plato comemos paella o cordero y de postre flan o tarta helada.

En España cenamos tarde. La cena es a las diez. De primer plato ceno tortilla y de segundo tomo pescado con ensalada y pan. De postre hay fruta otra vez. En España comemos mucha fruta.

¿A qué hora comen y cenan los británicos? ¿Y tú? ¿Qué comes y cenas?



Lee el texto (de Fátima) otra vez. ¿Verdad (V) o mentira (M)? Utiliza un diccionario si quieres.

1. Fátima desayuna mucho.
2. Toma té con leche.
3. Los españoles comen a las dos o las tres.
4. Fátima come a las dos y media.
5. Para la comida, toma carne de segundo plato
6. Los domingos Fátima come sopa de primer plato
7. Los españoles cenan tarde
8. Fátima cena a las diez.
9. Para la cena no toma primer plato.
10. De postre hay fruta



1. Fátima desayuna mucho. **M**  
(*Fátima no desayuna mucho*)
2. Toma té con leche. **M**  
(*Toma café con leche*)
3. Los españoles comen a las dos o las tres. **V**
4. Fátima come a las dos y media. **M**  
(*Come a las dos*)
5. Para la comida, toma carne de segundo plato **V**
6. Los domingos come sopa de primer plato **M**  
(*Los domingos come mariscos de primer plato*)
7. Los españoles cenan tarde **V**
8. Fátima cena a las diez. **V**
9. Para la cena no toma primer plato **M**  
(*toma tortilla*)
10. De postre hay fruta **V**

**Los productos lácteos**

**Cereales y granos**

**Fruta y verduras**

**Carne y pescado**

**Grasas y productos  
azucarados**

el pimiento

Caramelos /  
bombones

la galleta

patatas fritas

chocolate

el guisante

el champiñón

la manzana

la zanahoria

la patata

la fresa

la cebolla

La pasta / los  
espaguetis

la lechuga

el pan

el plátano

la frambuesa

la uva

La judía

el tomate

la pera

la naranja

el limón

carne de vaca

el arroz

el cordero

la gamba

el pescado

la mantequilla

la leche

el queso

la (carne de) cerdo

el helado

el yogur



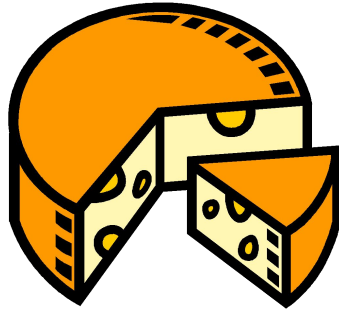
# Productos

## lácteos

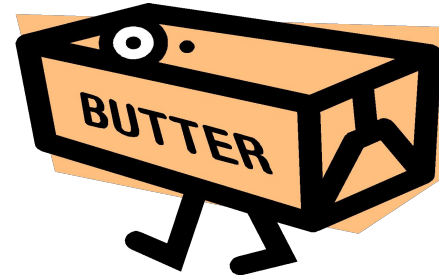
Contienen mucho calcio – es bueno para los dientes y los huesos.



la leche



el queso



la mantequilla



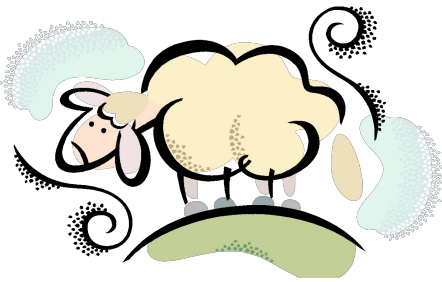
el helado



el yogur

# Carne y pescado

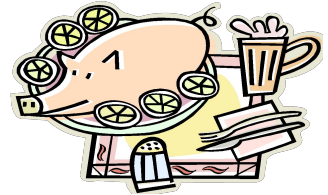
El carne, el pollo y el pescado tienen mucha proteína



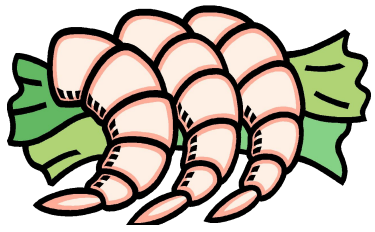
el cordero



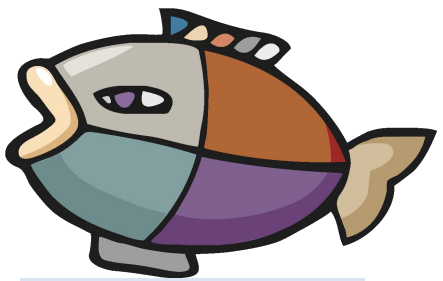
la carne de vaca



la (carne de) cerdo



las gambas



el pescado



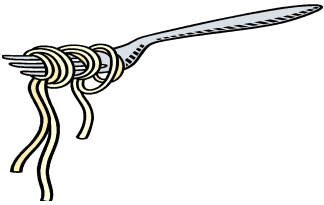
el pollo

el marisco

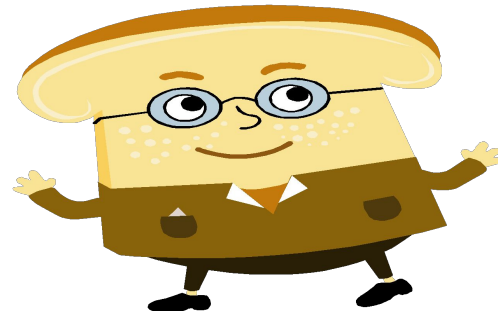


# Cereales y granos

Los cereales y granos dan mucha energía al cuerpo



pasta /  
espaguetis



el pan



el arroz

# Fruta

La fruta provee al cuerpo de vitaminas



la manzana



la frambuesa



la fresa



el plátano



la naranja



el limón



la uva



el tomate



la pera



# Verduras

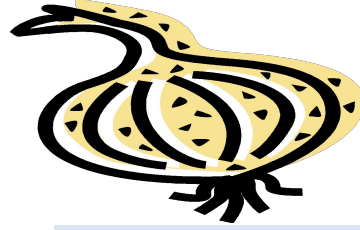
Necesitamos cinco porciones de verduras cada día.



la patata



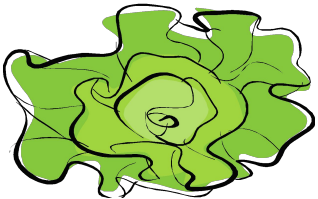
la zanahoria



la cebolla



el champiñón



la lechuga



el pimiento



la judía



el guisante

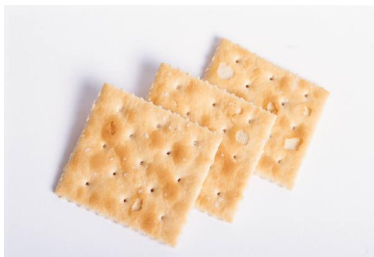
# Grasas y productos azucarados

---

No es muy nutritivo, no deberíamos comer mucho de este tipo de comidas



**patatas fritas**



**la galleta**



**chocolate**



**Caramelos /  
bombones**