

## ALIMENTAZIONE – LINK INTERESSANTI

Link utili per conoscere meglio i valori nutritivi degli alimenti e per capire meglio il concetto di piramide alimentare.

### *Valori energetici e nutrizionali*

<http://www.valori-alimenti.com>

<http://www.my-personaltrainer.it>

### *Concetto di piramide alimentare e stile di alimentazione*

<http://www.piramidealimentare.it>

<http://www.sapere.it/sapere/approfondimenti/alimentazione/sapermangiare/abc-alimentazione/piramidi-alimentari-altri-modelli-grafici.html>

[http://sapermangiare.mobi/33/per\\_saperne\\_di\\_piu/la\\_dieta\\_mediterranea.htm](http://sapermangiare.mobi/33/per_saperne_di_piu/la_dieta_mediterranea.htm)