

PIÑA

Descripción:

- 1 *Piña.*
- 2 *Es nativa de América del Sur.*
- 3 *Crece en árboles llamados piñas.*
- 4 *La piña se consume fresca y en conserva.*
- 5 *Pesa hasta 4 kg.*
- 6 *Conocida también como ananá.*
- 7 *Tiene propiedades anticoagulantes.*
- 8 *Posee vitaminas: C, B1, B6 Y B9 (ácido fólico).*
- 9 *Ayuda con problemas de obesidad.*
- 10 *No se deben de meter a la refrigeradora, se conservan en lugar seco.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF1

PLÁTANO

Descripción:

- 1 *Plátano.*
- 2 *Es nativa del Sureste Asiático.*
- 3 *Crece en árboles llamados plataneros.*
- 4 *Se consume fresca, en ensaladas y cocidas con carne.*
- 5 *Crece en racimos de hasta 100 unidades.*
- 6 *Es la fruta más consumida del mundo.*
- 7 *Es de color amarillo cuando esta madura.*
- 8 *Rico en carbohidratos, potasio, vitamina A y C.*
- 9 *Es el cuarto alimento más consumido en el mundo.*
- 10 *Se puede guardar en la refrigeradora.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF2

UVA

Descripción:

- 1 *Uva.*
- 2 *Es nativa de Europa.*
- 3 *Crece en árboles llamados vid.*
- 4 *De la fermentación se produce el vino.*
- 5 *Crece en racimos de 6 hasta 300 uvas.*
- 6 *Pueden ser negras, amarillas, doradas y anaranjadas.*
- 7 *Su consumo ayuda a limpiar la sangre.*
- 8 *Contiene vitamina A, vitamina C, ácido fólico y otros.*
- 9 *No es recomendable usar en contra de los cálculos renales.*
- 10 *En la refrigeradora dura hasta 15 días.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF3

FRESA

Descripción:

- 1 *Fresa.*
- 2 *Es originaria de América.*
- 3 *La planta de la fresa es una hierba llamada fresa o fresón.*
- 4 *De la fermentación se produce el vino.*
- 5 *Pesa entre 12 y 16 gramos.*
- 6 *Llamada también frutilla.*
- 7 *Una taza de fresas contienen 35 calorías.*
- 8 *Es rica en vitamina C y vitamina P.*
- 9 *Ayuda a disminuir el colesterol de la sangre.*
- 10 *En la refrigeradora dura 4 días.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF4

NARANJA

Descripción:

- 1 *Naranja.*
- 2 *Es originario de la India y el sureste de China.*
- 3 *Crece en árboles llamados naranjos.*
- 4 *Es abundantemente jugosa.*
- 5 *Pesa hasta 160 gramos.*
- 6 *Es una de las frutas más consumidas del mundo.*
- 7 *Es uno de los mejores antioxidantes.*
- 8 *Contiene vitamina A, vitamina C, ácido fólico y otros.*
- 9 *Es usada en casos de resfrío.*
- 10 *Duran más tiempo en la refrigeradora, pero pierden algo de jugo.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF5

CEREZA

Descripción:

- 1 *Cereza.*
- 2 *Es oriunda de Europa y Asia.*
- 3 *Crece en un árbol llamado cerezo.*
- 4 *Es abundantemente jugosa.*
- 5 *Pesa entre 6 y 9 gramos.*
- 6 *Contiene 84% de agua, fibra y carbohidratos.*
- 7 *Es un laxante natural.*
- 8 *Contiene vitamina A, C, B1, B2 y B6.*
- 9 *La madera del cerezo sirve para fabricar muebles.*
- 10 *Cuando están maduras se guardan en la refrigeradora.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF6

MANZANA

Descripción:

- 1 *Manzana.*
- 2 *Su origen es desconocido.*
- 3 *Crece en un árbol llamado manzano.*
- 4 *Hay más de 2500 variantes de manzanas.*
- 5 *Pesa de 170 a 250 gramos.*
- 6 *Comido como postre, combate la placa y reduce la caries.*
- 7 *Ayuda a combatir el colesterol y la diabetes.*
- 8 *Es rica en vitamina E, da bienestar sanguínea.*
- 9 *Es una de las frutas más consumidas en el mundo.*
- 10 *Se mantiene en buenas condiciones al medio ambiente.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF7

PAPAYA

Descripción:

- 1 *Papaya.*
- 2 *Originaria de México, Centroamérica y América del Sur.*
- 3 *Crece en árboles llamados papayos.*
- 4 *Se come cruda y cuando está verde se come cocida en guisos.*
- 5 *Puede pesar hasta 9 kg.*
- 6 *Elimina parásitos intestinales.*
- 7 *Ayuda a la cicatrización como las de las úlceras.*
- 8 *Tiene vitamina A y C, complejo B y ácido fólico.*
- 9 *Es de color verde, amarillo, anaranjado o rosa.*
- 10 *Se conserva en la refrigeradora por una semana.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF8

LIMÓN

Descripción:

- 1 *Limón.*
- 2 *Es originario del sudeste de Asia.*
- 3 *Crece en árboles llamados limoneros.*
- 4 *Es de sabor muy ácido.*
- 5 *Puede pesar desde 9 gr hasta 30 gr.*
- 6 *En el Perú se usa para preparar ceviche.*
- 7 *Combate el escorbuto y males bucales.*
- 8 *Posee gran cantidad de vitamina C.*
- 9 *Es usado en lo gastronómico, digestivo y astringente .*
- 10 *Se conservan bien a temperatura ambiente durante semanas.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF9

MAMEY

Descripción:

- 1 *Mamey.*
- 2 *Es originario de las Antillas.*
- 3 *Crece en árboles llamados árboles de mamey.*
- 4 *Se consume fresca en postres y también en refresco.*
- 5 *Pesa hasta 2.5 kg.*
- 6 *Las semillas pulverizadas se usa como insecticida.*
- 7 *Tiene propiedades para ayudar a mejorar el cuero cabelludo.*
- 8 *Posee vitamina A y en menor cantidad vitamina C.*
- 9 *El árbol produce una madera dura.*
- 10 *Se puede conservar a temperatura ambiente.*

Área: BIOLOGÍA

Categoría: FRUTA



COD: BF10