*Прочитайте текст и заполните пропуски **A–F** частями предложений, обозначенными цифрами **1–7. Одна из частей в списке 1–7 — лишняя.** Занесите цифры, обозначающие соответствующие части предложений, в таблицу.*

Productos saludables

Una alimentación sana y equilibrada requiere variedad de alimentos, entre los cuales no pueden **A**_____, que tienen gran valor nutritivo. Para tener un corazón saludable, una buena memoria y un alto rendimiento intelectual, nada mejor que **B**_____ a la semana. Esta recomendación se fundamenta en que los productos del mar proporcionan proteínas, vitaminas, minerales y poca grasa, por lo que son ideales para mantener el peso adecuado.

Desde el punto de vista nutritivo, el pescado es un alimento con una composición parecida a la de la carne. En términos generales, es una fuente **C** _____ y contiene los aminoácidos esenciales necesarios para los niños en crecimiento e imprescindibles para la formación de la sangre.

En los pescados y mariscos abundan los ácidos grasos como los Omega 3 y 6 que están **D**_____ y tratamiento de las enfermedades cardiovasculares. El agua es el elemento más abundante en la composición de pescados y mariscos y su relación es inversa a la cantidad de grasa; es decir, a más cantidad de agua, menos de grasa y viceversa.

No hay un criterio general respecto a la clasificación de los pescados y mariscos **E** _____. Sin embargo, en el caso de los pescados, se clasifican en blancos y azules. En el primer grupo están la merluza, la corvina, el mero y el pargo. Son muy fáciles de digerir. En el segundo están sardina, atún, trucha, salmón, pez espada. Los mariscos se diferencian de los peces en que no poseen esqueleto, sino un cuerpo blando **F**_____ o concha.

1. concentrada de proteína de alta calidad
2. faltar los pescados y mariscos
3. protegido por un caparazón
4. incluirlos en su alimentación
5. dada la diversidad de especies
6. comer pescados y mariscos tres veces
7. relacionados con la prevención

Пропуск	A	B	C	D	E	F
Часть предложения						