

Memória Descritiva

Escola Básica Raul Lino (Monte Estoril)

Aluno: Santiago Storch

Ano de escolaridade: 2.º ano

08/ 05/ 2020



## Lanche Saudável Para Desportistas!

### Ingredientes

4 colheres de sopa (cheias) de iogurte natural

5 morangos cortados ao meio

1 banana cortada em rodela

1 colher de sopa de granola (mistura de frutos secos, cereais, sementes e açúcar mascavado)

1 colher de sopa (cheia) de mel

### Utensílios:

1 taça

1 faca

1 colher de sopa

1 colher de sobremesa

Delicioso!  
Experimentem!

