




O Que Vais Lanchar?

Regista aqui o que irás lanchar durante a semana escolar:

<p>Segunda-Feira</p>	
<p>Consideras o lanche saudável?</p>	<p>Sim, tem nutrientes de vários grupos.</p>
<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>sim</p>
<p>Terça-Feira</p>	
<p>Consideras o lanche saudável?</p>	<p>Não. Podíamos substituir o pão de forma por pão de centeio/mistura e o pacote de leite com chocolate por um copo de leite simples.</p>
<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>Não.</p>

<p>Quarta-Feira</p>	
<p>Consideras o lanche saudável?</p>	<p>Sim, tem nutrientes de vários grupos.</p>
<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>Não. A banana, apesar de ser um fruto da época, exige transporte aéreo/marítimo.</p>
<p>Quinta-Feira</p>	
<p>Consideras o lanche saudável?</p>	<p>Sim, se a torrada com manteiga for consumida com pouca regularidade ao longo da semana. Tem nutrientes de vários grupos.</p>
<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>Sim.</p>

Sexta-Feira	
Consideras o lanche saudável?	Sim, tem nutrientes de vários grupos.
Consideras o lanche sustentável?	Talvez não. A banana, apesar de ser um fruto da época, exige transporte aéreo/marítimo.

Nota: As fotografias dos lanches foram tiradas entre fevereiro e março, em situação de Ensino à Distância. Foi uma atividade realizada com a colaboração dos Encarregados de Educação