



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</p>
<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>Sim</p>
<p>Terça-Feira</p>	
<p>Consideras o lanche saudável?</p>	<p>Sim</p>
<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>Sim</p>

<p>Quarta-Feira</p>	
----------------------------	---


<p>Consideras o lanche saudável?</p>	<p>Sim</p>
--------------------------------------	------------

<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>Sim</p>
---	------------

<p>Quinta-Feira</p>	
----------------------------	---

<p>Consideras o lanche saudável?</p>	<p>Sim</p>
--------------------------------------	------------

<p>Consideras o lanche sustentável?</p>	<p>Sim</p>
---	------------

Sexta-Feira	
Consideras o lanche saudável?	Sim
Consideras o lanche sustentável?	Sim

Deixa-nos aqui 5 propostas de lanches perfeitos!

Em termos de nutricionais e de sabor, queremos propostas apetitosas.

As tuas propostas	Componentes (pão, cereais, frutas, etc.)	Explica-nos o porquê da tua escolha.
Lanche 1	Cereais	É bom
Lanche 2	Iogurte	Gosto muito
Lanche 3	Leite e Pão	É bom
Lanche 4	Frutos Secos	É bom
Lanche 5	Frutas	É saudável e bom