

**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 |  | Estes lanches foram preparados em contexto familiar, onde as educadoras sugeriram aos pais tornar a sua apresentação mais atrativa, no sentido de incentivar a criança a uma alimentação saudável. |
| Lanche 2 |  | Estes lanches foram preparados em contexto familiar, onde as educadoras sugeriram aos pais tornar a sua apresentação mais atrativa, no sentido de incentivar a criança a uma alimentação saudável. |
| Lanche 3 |  | Estes lanches foram preparados em contexto familiar, onde as educadoras sugeriram aos pais tornar a sua apresentação mais atrativa, no sentido de incentivar a criança a uma alimentação saudável. |
| Lanche 4 |  | Estes lanches foram preparados em contexto familiar, onde as educadoras sugeriram aos pais tornar a sua apresentação mais atrativa, no sentido de incentivar a criança a uma alimentação saudável. |
| Lanche 5 |  | Estes lanches foram preparados em contexto familiar, onde as educadoras sugeriram aos pais tornar a sua apresentação mais atrativa, no sentido de incentivar a criança a uma alimentação saudável. |