

Terça-Feira



Consideras o lanche saudável?

Sim o meu lanche é saudável. É composto por fruta, um iogurte, e pão de forma com queijo. O pão não é muito saudável mas todo o restante lanche é pobre em açúcar e hidratos de carbono.

Consideras o lanche sustentável?

Considero sustentável, embora o pão esteja envolvido em papel de alumínio e a embalagem do iogurte seja de plástico mas podemos colocar no ecoponto amarelo para reciclar. A fruta está numa embalagem lavável que podemos reutilizar.