

Consideras o lanche saudável? Sim considero o meu lanche razoavelmente saudável. Para ser totalmente saudável deveria substituir as panquecas por um pão escuro com queijo ou manteiga. É composto por um iogurte líquido, água, uma peça de fruta e panquecas.

Consideras o lanche sustentável? É sustentável, contem embalagens de plástico que podemos reciclar no ecoponto amarelo, a garrafa da água é recarregável.

Quinta-Feira



Consideras o lanche saudável? Não é totalmente saudável porque contem bolachinhas com recheio de chocolate. É composto por essas bolachinhas, fruta e sumo de fruta. Um lanche com algum açúcar.

Consideras o lanche sustentável? Sim considero, as embalagens das bolachas e da fruta são reutilizáveis. A embalagem do sumo é de plástico mas podemos reciclar e aproveitar as rolas para instituições que fazem a recolha para comprar cadeiras de rodas.