

Alimentação Saudável — Flashcards

1.º Ciclo · Estudo do Meio · Flashcards

Perguntas: Lê e tenta responder.

Quantos grupos tem a roda dos alimentos?

Quantas refeições devemos fazer por dia?

O que é uma alimentação saudável?

Devemos beber quantos litros de água por dia?

O que devemos comer ao pequeno-almoço?

Respostas

Resposta: 7

Resposta: 5-6

Resposta: Variada e equilibrada

Resposta: ~1,5 L

Resposta: Leite, pão, fruta