

SCIENCE ACROSS THE WORLD

O que é que comemos?

Data

Para
(nome do professor)

Escola

Endereço

Telefone:
(com o código de acesso internacional)

Fax

E-Mail

Web address of school

De
(nome do professor)

Escola

Endereço

Telefone:
(com o código de acesso internacional)

Fax

E-Mail

Endereço da escola

Hora do dia	Actividades	Refeições/merendas comidas
04.00		
05.00		
06.00		
07.00		
08.00		
09.00		
10.00		
11.00		
12.00		
13.00		
14.00		
15.00		
16.00		
17.00		
18.00		
19.00		
20.00		
21.00		
22.00		
23.00		
24.00		

1 Pequeno almoço

- a No pequeno almoço muitos alunos comem:

- b Pensamos que tomar um bom pequeno almoço antes de ir para a escola é importante/não é importante porquê:

2 Hábitos alimentares

- a As merendas e doces que comemos durante o dia são:

- b Os preparativos para as refeições durante o dia são:

- c As pessoas que seleccionam e preparam as nossas refeições são:

- d As crenças tradicionais sobre a dieta no nosso país são:

- e As alterações nos hábitos alimentares são:

3 Dieta e alimentação

a Acharmos que muitos alunos da nossa turma ingerem:

uma dieta equilibrada

sal em excesso

fibra vegetal suficiente

açúcar em excesso suficiente

frutos e vegetais frescos em quantidade

gordura em excesso

b as sugestões para melhorar a nossa dieta são:

c as nossas preocupações principais relativas a dieta e alimentação são:

