ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educação@ladario.ms.gov
Telefone para contato: 67 3226 2034

PERÍODO:

01/06/2021 À 01/07/2021 (5ºC: Terça-feira: 01,08, 12, 15 e 22; Sexta: 11, 18 e 25; Sábado: 19)

CIÊNCIAS

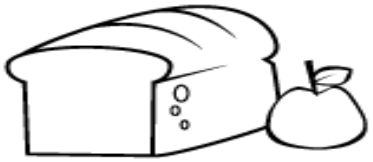
CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: (MS.EF05CI08.s.08)
CONTEÚDO: Hábitos alimentares

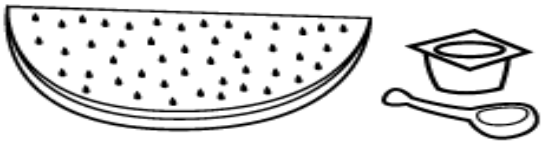
CARDÁPIO SAUDÁVEL

www.smartkids.com.br

Cardápio saudável para nossas crianças. Bom apetite!

Café da manhã
2 fatias de pão integral com 1 colher de requijão
1 fruta
1 suco natural

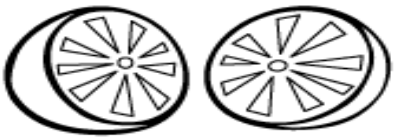




Lanche
1 fruta + barrinha de cereal ou
1 fruta+ 1 logurte

Almoço
1 tipo de carboidrato (arroz, de preferência o integral)
1 tipo de grãos (feijão, grão de bico, ervilha ou lentilha)
1 tipo de proteína (frango, carne bovina, ovo ou peixe)
Verduras e legumes à vontade





Sobremesa
1 fruta

Lanche da tarde
1 fruta + barrinha de cereal



© SMARTKIDS

REFERÊNCIA: https://bncc.smartkids.com.br/atividades/alimentacao-saudavel/

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educação@ladario.ms.gov
Telefone para contato: 67 3226 2034

CONJUNTO

www.smartkids.com.br

Qual dos desenhos abaixo não faz parte deste conjunto?

a.



b.



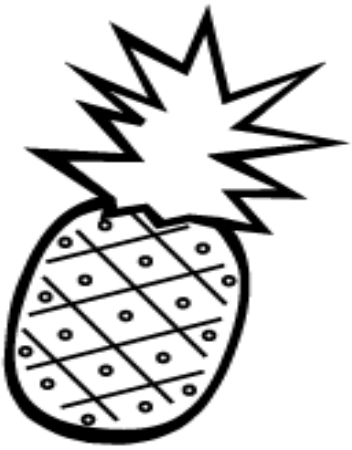
c.



d.



e.



REFERÊNCIA: https://bncc.smartkids.com.br/atividades/saude-obesidade-2/