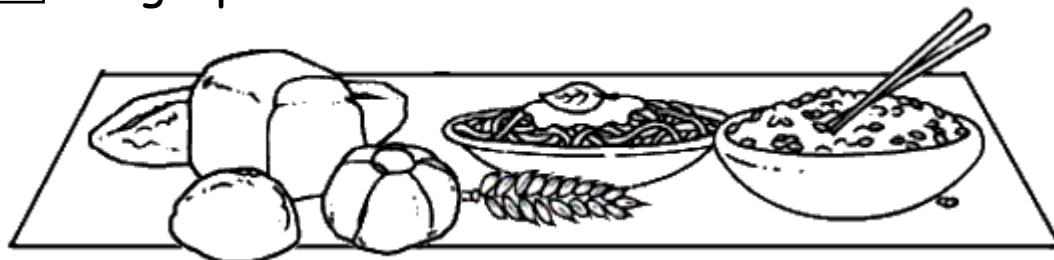
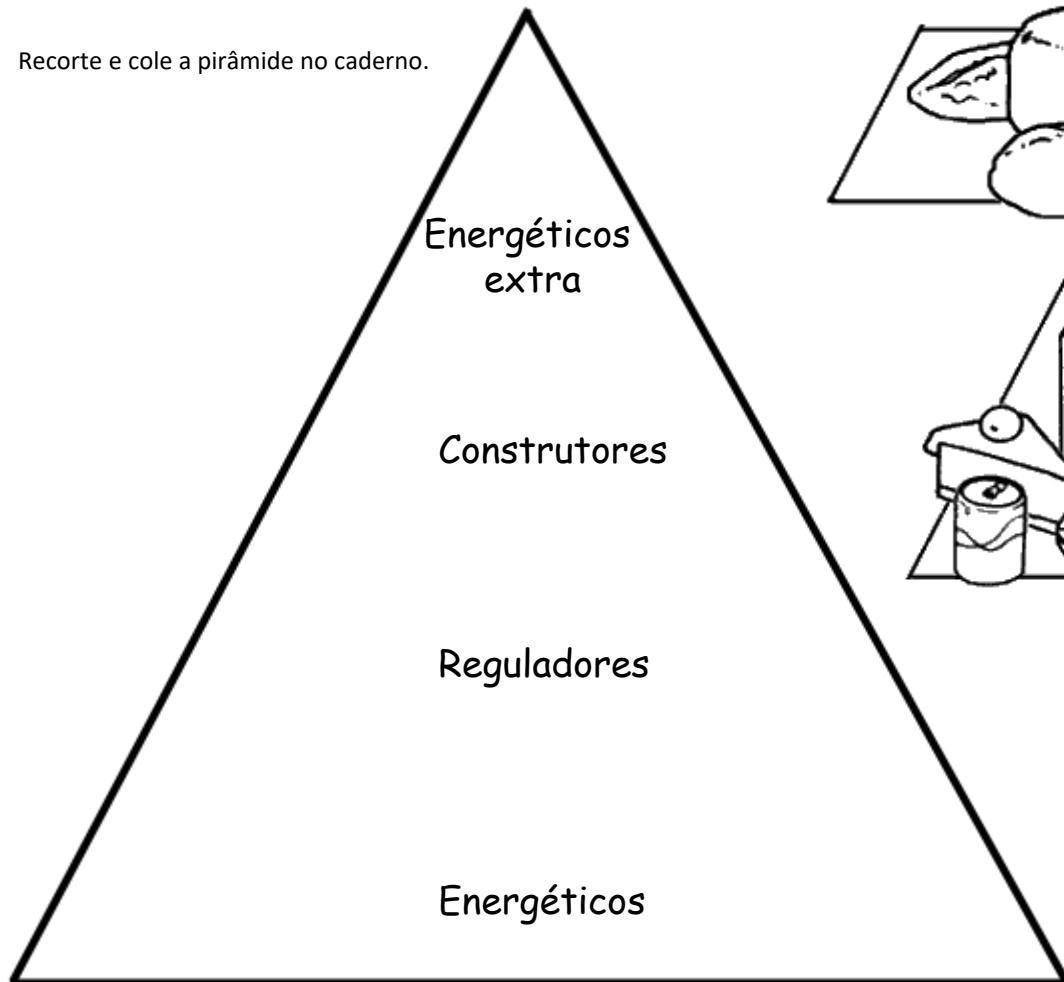


Pirâmide alimentar

Pinte os alimentos e depois monte a Pirâmide Alimentar, de acordo com o grupo alimentar indicado.

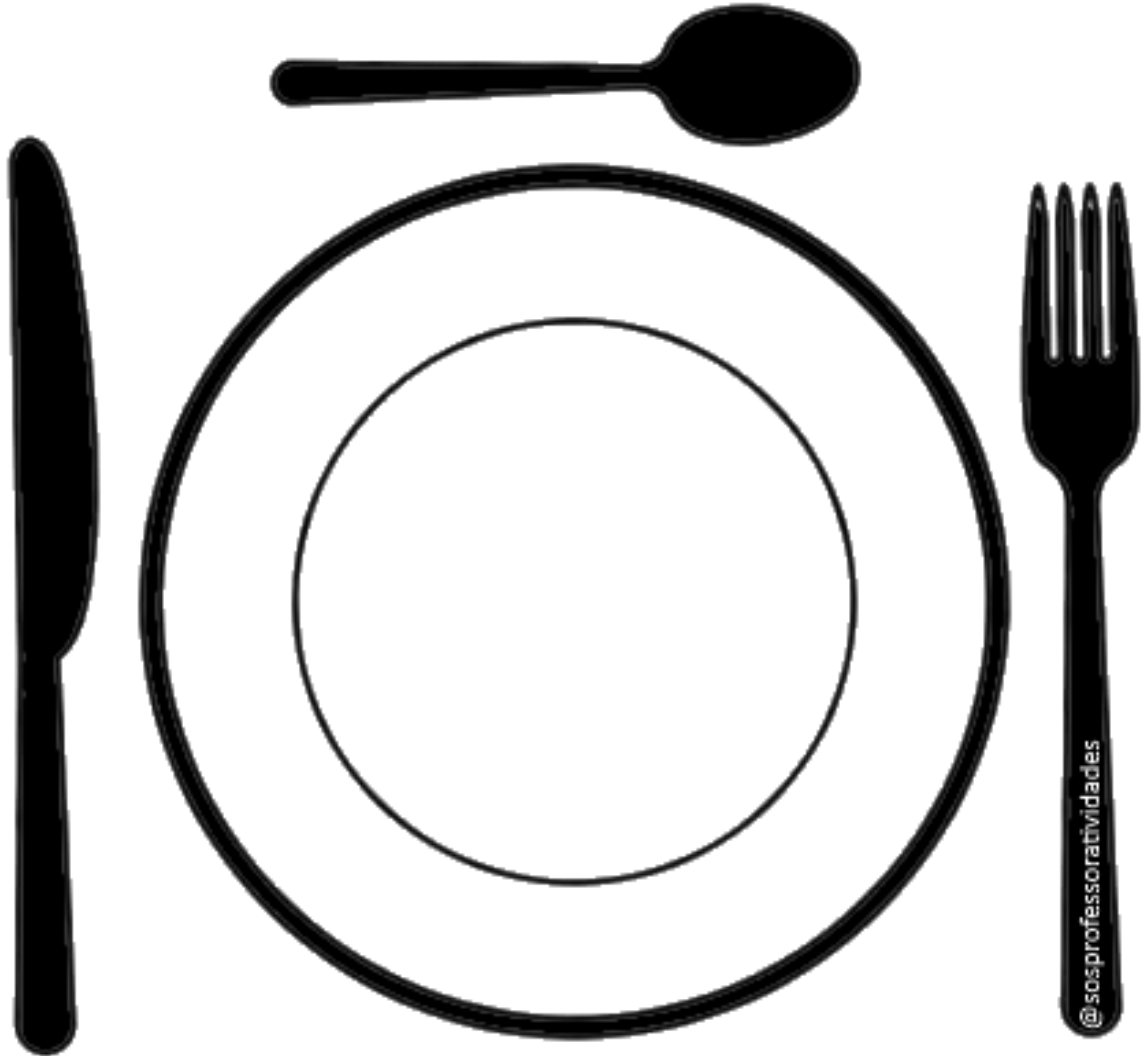


Recorte e cole a pirâmide no caderno.

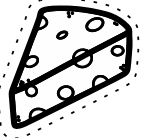
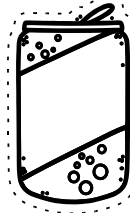
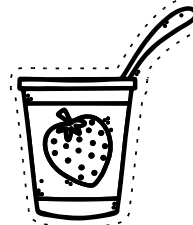
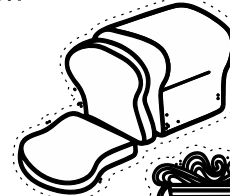
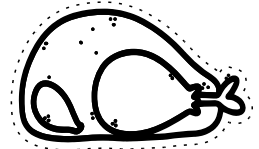


Recorte e cole o quadro abaixo no caderno.

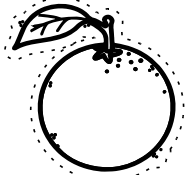
Coloque no prato os alimentos que você frequentemente come.



@sosprofessoratividades



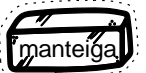
ervilha



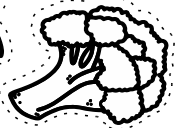
amendoim



sal



cookie



1- Ao observar o prato que você completou, podemos afirmar que você tem uma alimentação rica em:

() fibras (aveia, granola, cereais, ervilha...)

() carboidratos (arroz, macarrão, pão...)

() gordura (azeitona, amendoim, doces...)

() vegetais (legumes e frutas)

() proteínas (carnes, peixes, ovos, frango...)

2- Existem pessoas que são viciadas em doces, hoje em dia, já sabemos que o excesso de açúcar é prejudicial à saúde.

Marque os alimentos que contêm açúcar.

() refrigerante

() leite

() cookies

() queijo

3- Escreva como é:

a) seu café da manhã _____

b) seu almoço _____

c) seu lanche _____

d) seu jantar _____

4- Baseado no que você escreveu na atividade anterior, sua alimentação é saudável? Justifique.

Responda, recorte e cole no caderno.



Nossas Redes Sociais



<https://sosprofessoratividades.com>



<https://br.pinterest.com/betasobeta/sosprofessoratividades/>



<https://www.facebook.com/sosprofessoratividades/>



<https://www.instagram.com/sosprofessoratividades/>



https://www.youtube.com/channel/UCxN9wo1jE1txew9bzd_O58A?view_as=subscriber

Produção: sosprofessoratividades.com

Este material é totalmente gratuito e elaborado por [@sosprofessoratividades.com](https://sosprofessoratividades.com). Todas as atividades do blog/site são protegidas pela lei dos direitos autorais, nº 9.610/98 - proibido a venda, cópias para outros sites, blogs ou redes sociais.

Direito de imagens

