



## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

**“Veja a importância da alimentação saudável para nossa vida”**

<https://youtu.be/9wN-UQwFxiM>

### **Vamos nos divertir cozinhando com a família:**

Aproveitando o nosso momento de história vamos de culinária. Algumas ideias: salada de frutas; salada de alface com tomate; sopa; suco de frutas; bolo de caneca. Deixe as crianças escolherem o que querem fazer para a família experimentar.

**Link do vídeo da Salada de frutas** ↓

<https://www.facebook.com/101023998310496/videos/209614080287725/>



Não esqueça de registrar o momento onde todos juntos estão saboreando os alimentos saudáveis.