

## Semana da Alimentação 2020

### Sustentabilidade à Mesa

No âmbito da Semana da Alimentação, no passado dia 12 de Outubro, tivemos uma atividade, via Zoom, intitulada “Sustentabilidade à Mesa”.

A Sofia ensinou-nos que a Sustentabilidade nos remete às nossas escolhas. Falou que devemos comprar a fruta da época e do nosso país, a fruta avulso e não embalada.

No nosso dia-a-dia devemos ter cuidado com os nossos lanches, trazer lanches saudáveis (cenouras, frutas, ...).

Aprendemos a identificar alguns rótulos e seus significados.

