



SOLUÇÕES FICHA 3º E 4º ANOS

EXERCÍCIO 1

1
porção Leite e
derivados

1,5 a
4,5
porções Carne, pescado
e ovos

3 a 5
porções Hortícolas

3
porções Frutas

EXERCÍCIO 2

A banana tem muito
POT á s s i o

o BRÓ c o l o
é rico em cálcio.

A laranja e outros
Ci T R I N O S
são ricos em
vi T A M I N A C.

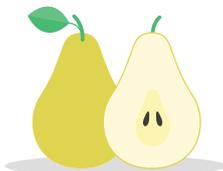
EXERCÍCIO 4



- JANEIRO A MAIO E SETEMBRO A DEZEMBRO



- OUTUBRO A DEZEMBRO



- JUNHO A MARÇO



- JANEIRO A JUNHO



- JANEIRO A MAIO E OUTUBRO A DEZEMBRO