Published on *Dieta mediterrânica* (http://dietamediterranica.pt)

Lanches Saudavéis

Idioma
Undefined



Lanches saudáveis e saúde oral – Conheça as nossas receitas

No passado dia 20 de março celebrou-se o Dia Mundial da Saúde [1]. O PNPAS juntou-se às celebrações com o Programa Nacional de Promoção de Saúde Oral, a Rede de Bibliotecas Escolares e o Plano Nacional de Leitura no âmbito do projeto SOBE (Saúde Oral Bibliotecas Escolas).

Neste dia foi realizado junto das crianças um ateliê de confeção de lanches saudáveis, conduzido pelo Chef Fábio Bernardino e Chef Inês Fernandes, juntamente com a Dra. Sofia Mendes de Sousa do PNPAS e Dra. Juliana Silva da Câmara Municipal de Pombal.

Como resultado deste ateliê foi produzido um pequeno manual com três receitas de lanches fáceis, práticos e saudáveis. Ao longo deste manual é também abordada a relação entre saúde oral e alimentação, dicas para a confecção das receitas e, ainda, a presença de quatro desenhos para pintar sobre o tema dirigido às crianças.

Pode consultar o manual aqui [2].

Fonte: Nutrimento | Fotografia: Pixabay

Source URL (modified on 13/06/2018 - 11:27): http://dietamediterranica.pt/?q=pt/node/690

Links
[1] https://www.dgs.pt/em-destaque/dia-mundial-da-saude-oral-20-de-marco1.aspx
[2] https://nutrimento.pt/activeapp/wp-content/uploads/2018/03/Lanches-sauda%CC%81veis-Sau%CC%81de-Oral.pdf