

Alimentos Saudáveis



Laticínios

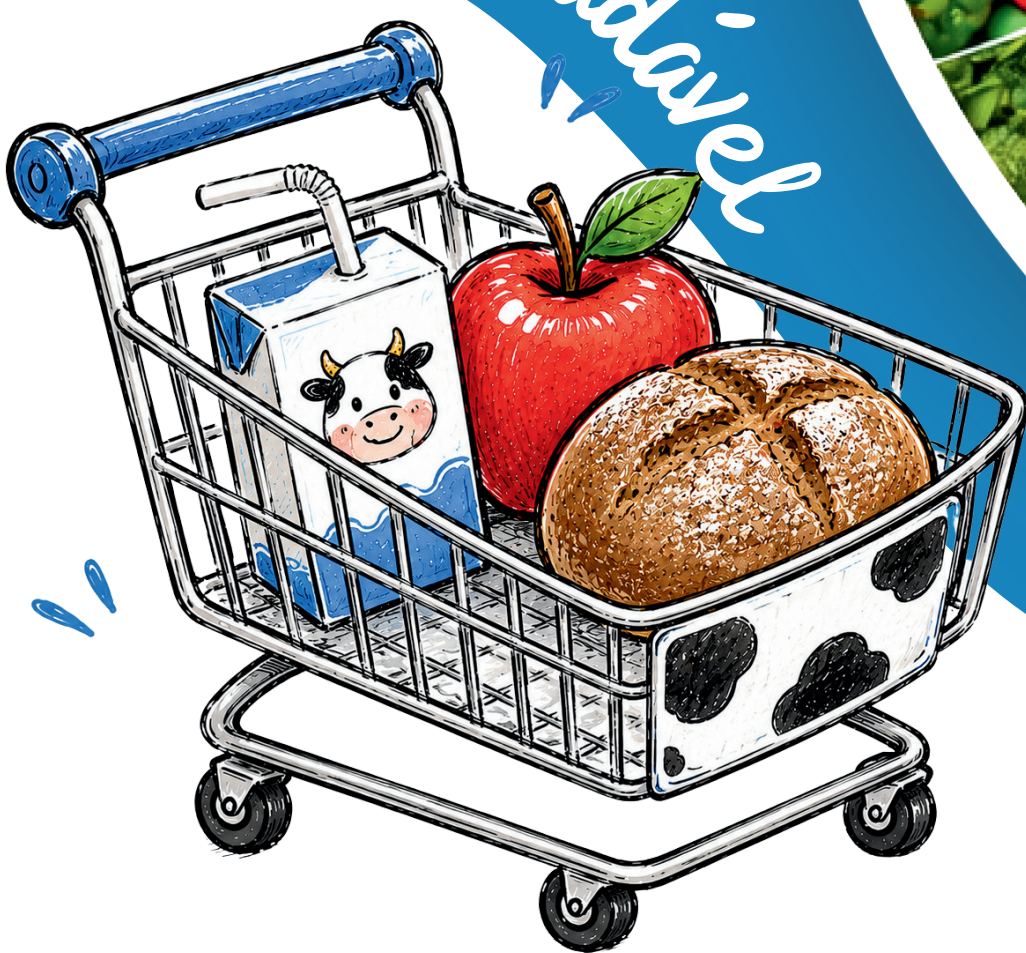
são importantes para
o crescimento e
desenvolvimento
das crianças

fonte de

proteína, cálcio,
fósforo, iodo
e vitaminas
A, B12 e D



Lanche Saudável



Adaptado a partir de: Direção-Geral da Saúde (2016), Plataforma Nutrimento – Roda da Alimentação Mediterrânica.