

Dia da Alimentação

Lanches Saudáveis



Na segunda-feira, dia 17 de outubro, os alunos e professores do 2º e 3º ciclos do Agupamento de Escolas Gomes Monteiro - Boticas, comemoraram o Dia da Alimentação.

Para celebrar este evento, realizou-se um concurso em que cada turma tinha de criar uma mesa com um lanche saudável. Foi pedido a cada aluno que contribui-se com um determinado alimento. Estes esforçaram-se em levar comidas deliciosas, mas o mais importante, saudáveis.

Cada turma arrajou a sua mesa com a ajuda dos diretores de turma. Todas as mesas estavam muito bonitas e as iguarias faziam crescer água na boca, tais como: as mais variadas frutas, castanhas, nozes, panquecas e bolos sem açúcar, sumos naturais...

Os Alunos e os professores estavam entusiasmados, porque havia um Juri que ia avaliara todas as mesas para ver qual seria a mais saudável. A mesa vencedora foi a do 5ºC, em segundo lugar ficou o 8ºB e em terceiro o 6ºA. No final, juri, alunos e professores provaram todos os lanches e também houve uma aula de zumba.

Nesse dia, os alunos ficaram a saber que a alimentação saudável também pode ser divertida e deliciosa.

