



alimentação saudável

1 coma na ordem da piramide alimentar

 Guia alimentação saudável: como comer bem no dia a dia

2 se alimente muito bem

3 não coma fora do normal

4 não diz perdida comidas

5 fazer adubo com casca e dar as minhoquinhas

6 comprar sempre o nessesario

e essas foram
as 6 dicas da
alimentacao
saldavel

