

## PEQUENO-ALMOÇO: VERDADE OU MENTIRA

**LÊ AS FRASES COM ATENÇÃO E ASSINALA, NA COLUNA AO LADO, SE SÃO VERDADEIRAS OU FALSAS (MENTIRA)**

	VERDADE	MENTIRA
1. O pequeno-almoço é uma refeição importante, mas nem sempre é preciso comer logo de manhã.		
2. O pequeno-almoço é uma refeição muito importante e nunca deve ser esquecido.		
3. O pequeno-almoço dá ao corpo energia, água e nutrientes para nos reabastecermos depois de uma noite de sono.		
4. Tomar um pequeno-almoço completo faz mal ao estômago.		
5. Tomar um pequeno-almoço completo com leite, cereais integrais e fruta é a melhor maneira de começar o dia.		
6. As crianças que não tomam um bom pequeno-almoço têm dificuldade em estar concentradas e em aprender.		
7. As crianças que tomam um bom pequeno-almoço ficam mais bem-humoradas e aprendem melhor.		
8. Um pequeno-almoço completo deve conter apenas água e uma bolacha.		
9. Um pequeno-almoço completo deve conter leite, cereais integrais e fruta.		
10. Os cereais integrais contêm todas as partes do grão e são melhores para a saúde.		

Soluções: 1-F; 2-V; 3-V; 4-F; 5-V; 6-V; 7-V; 8-F; 9-V; 10-V.

