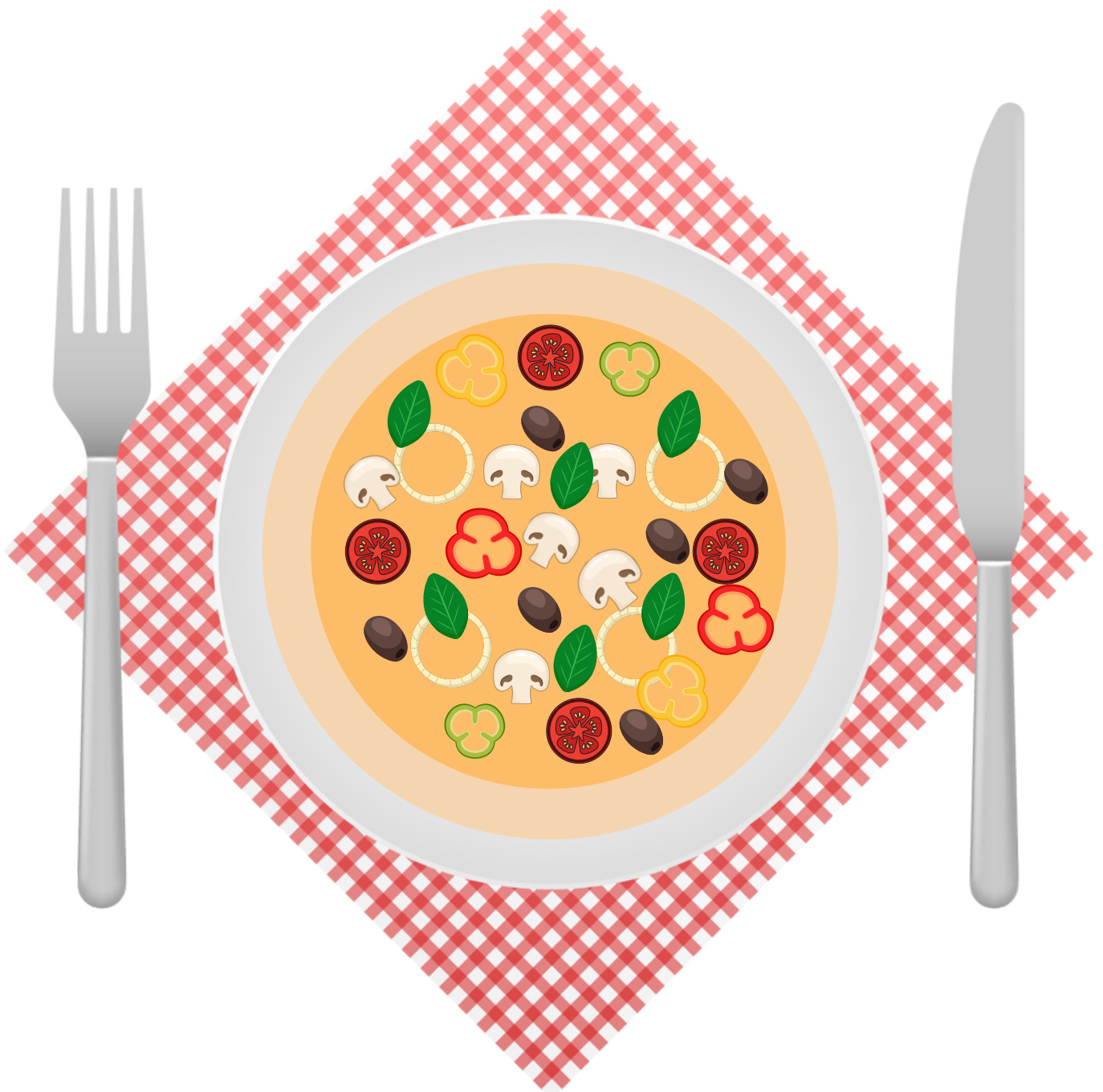




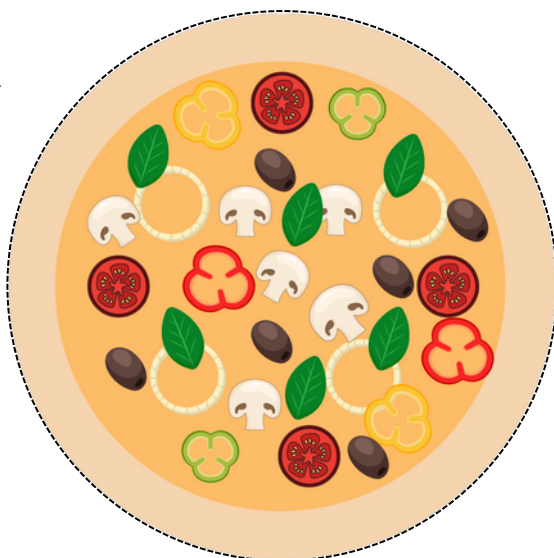
VAMOS FAZER UMA PIZZA?

Que tal aproveitar que toda criança ama pizza e ensiná-las
sobre alimentação saudável?



10 de Julho - Dia Mundial da Pizza no Brasil

Vamos aproveitar essa data e o fato de que todo mundo ama pizza e fazer uma atividade bem legal com as crianças?



A brincadeira é "monte a sua pizza". Imprima esse PDF e recorte a base da pizza e os ingredientes. Além do que foi sugerido, a criança pode desenhar seus próprios ingredientes.

Depois, basta ir colocando na base da pizza os ingredientes que a criança mais gostar. Lembre-se de orientá-la a optar por alimentos saudáveis.

Uma opção saudável de pizza é: massa integral, queijo magro, molho de tomate caseiro, leguminosas (espinafre, cogumelo, tomate e etc) e proteína magra.

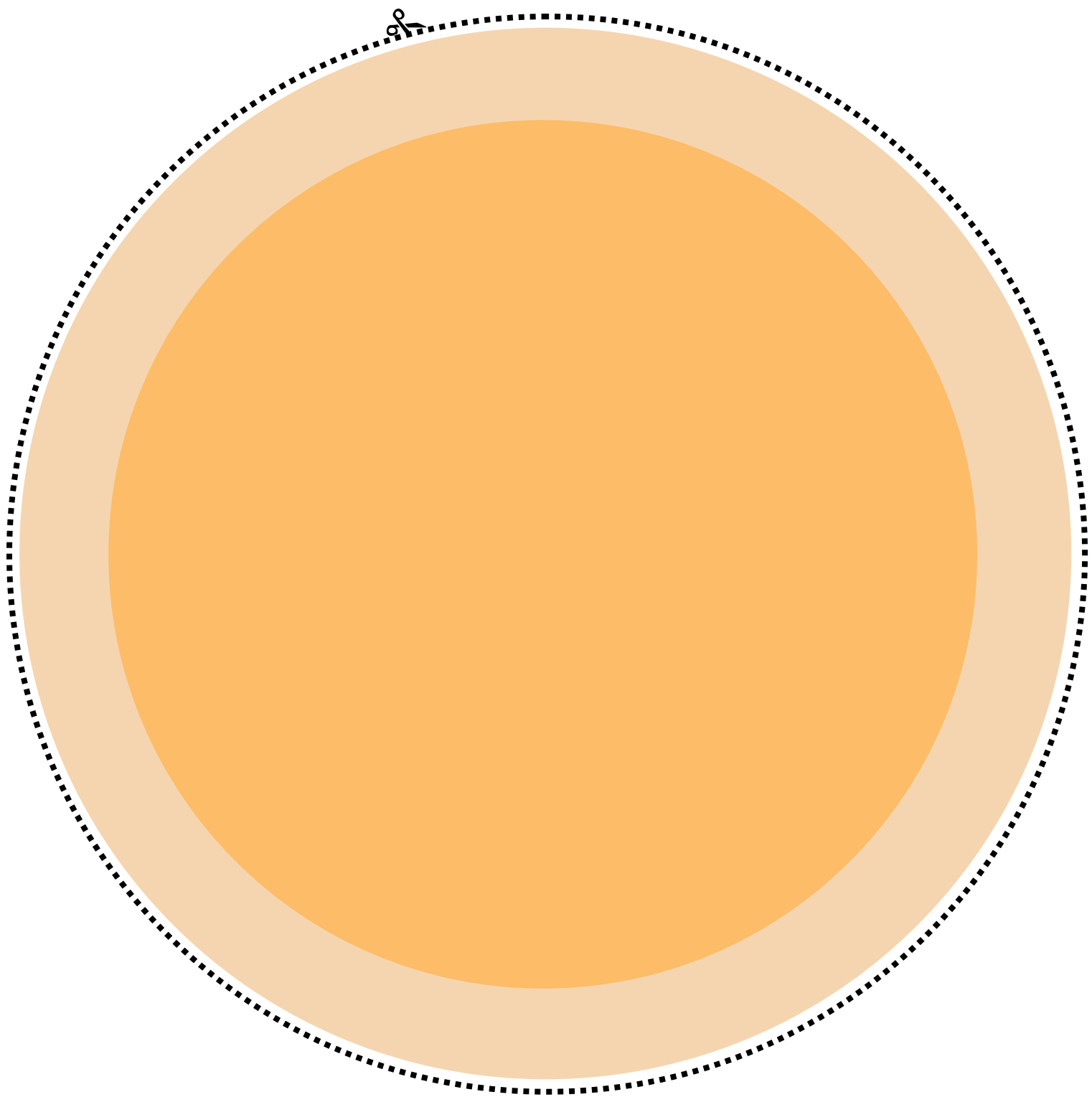
Ah! Ao final deste PDF, há a versão em preto e branco para facilitar a impressão.

Feliz dia Mundial da Pizza e boa brincadeira!

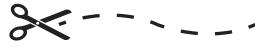


www.mamaenoob.com.br

[@mamae_noob](https://www.instagram.com/mamae_noob)



Ingredientes



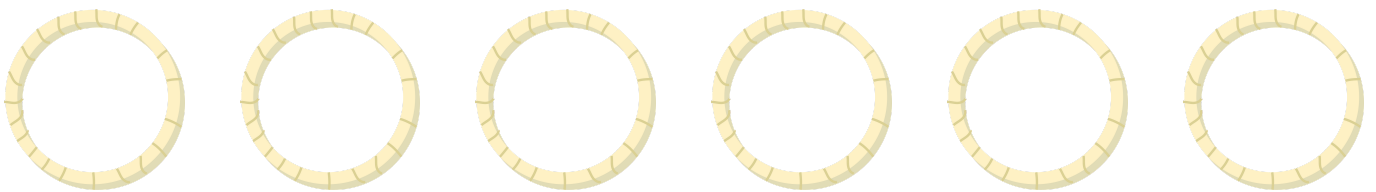
Tomates



Pimentão



Cebola



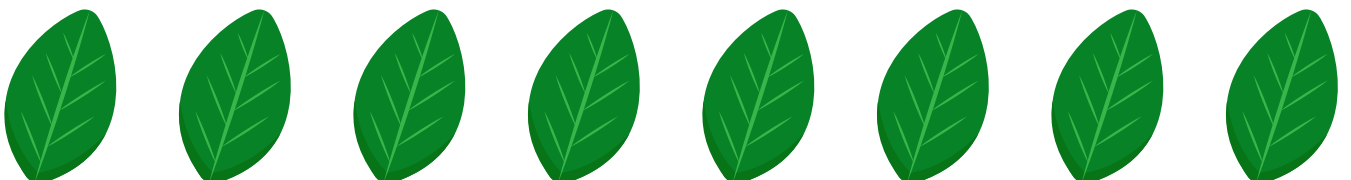
Cogumelo

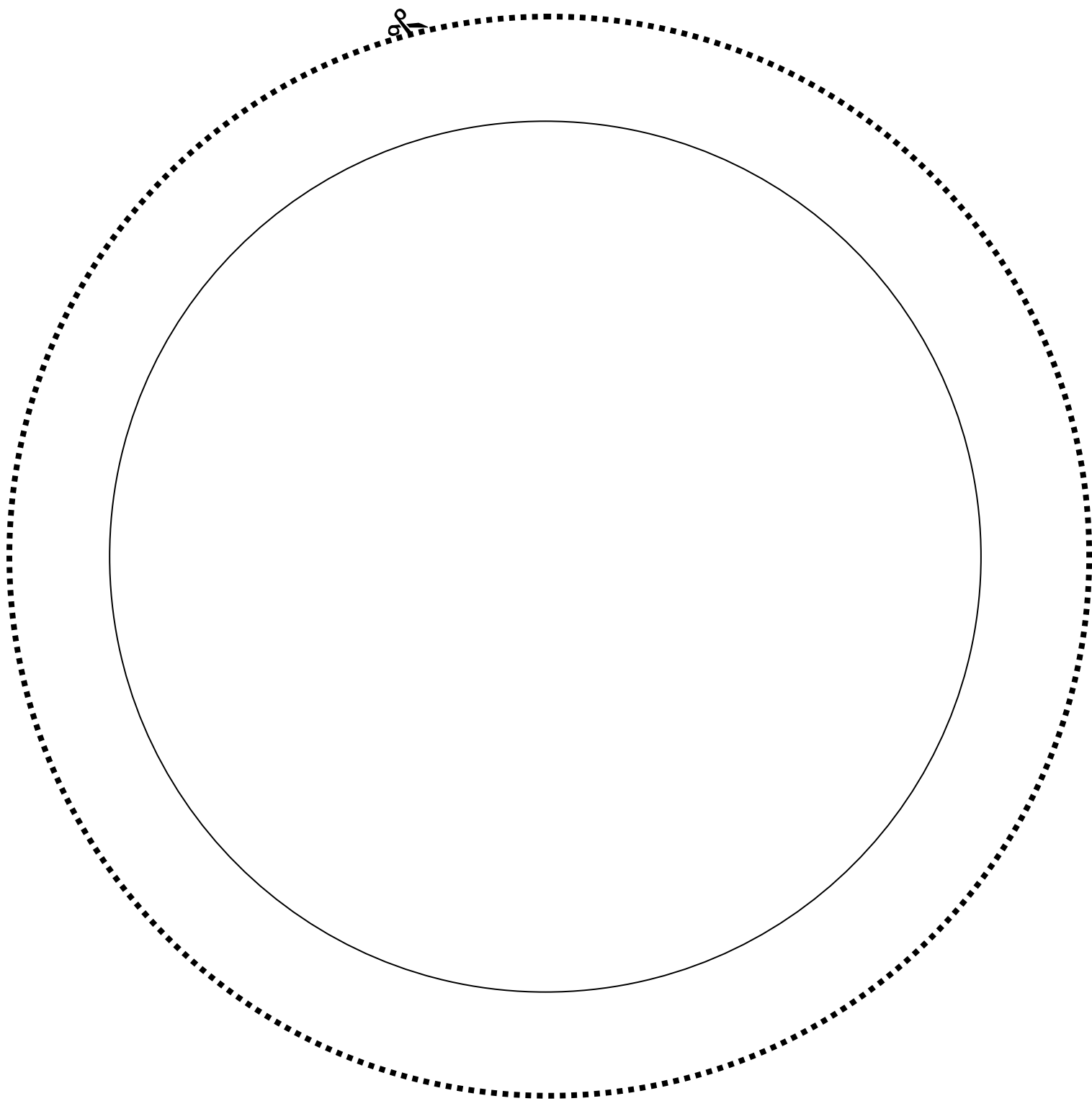


Azeitona

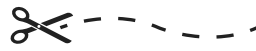


Espinafre

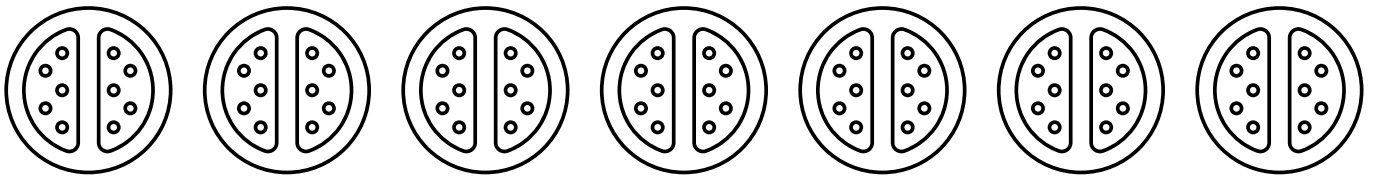




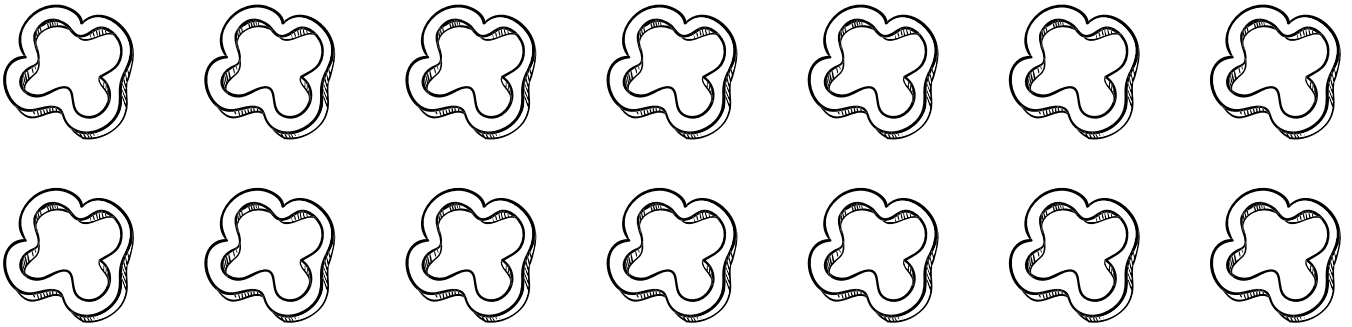
Ingredientes



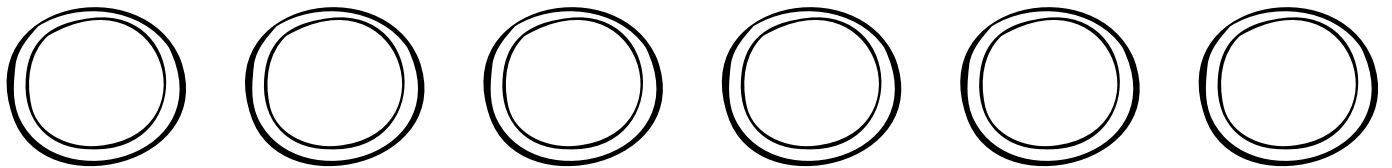
Tomates



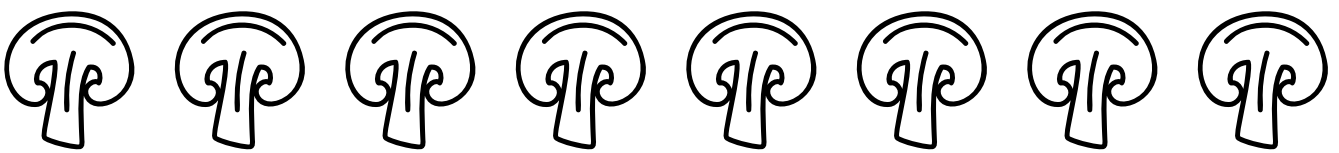
Pimentão



Cebola



Cogumelo



Azeitona



Espinafre

