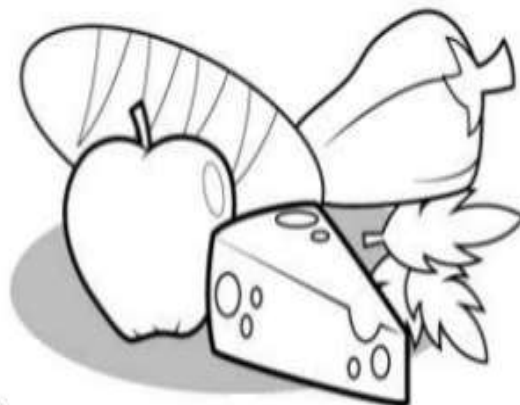


1- Leia o texto com atenção:**Alimentação: um prato cheio de saúde**

Uma boa alimentação é composta de alimentos frescos, não estragados e de diversos tipos. Para ter boa saúde, as pessoas necessitam, entre outras coisas, de uma alimentação nutritiva (cheia de vitaminas) e variada. Quanto mais coloridas forem suas refeições, mais você irá crescer com energia e tornar-se resistente às doenças.

Muitas pessoas gostam de comer apenas doces, sanduíches, hambúrgueres, e beber muito refrigerante. Tudo isso pode matar a fome, porém não é uma alimentação nutritiva, por isso, evite alimentos industrializados e procure sempre consumir alimentos naturais, ou seja, de origem vegetal, animal e mineral.



Fonte: De olho no futuro; ciências 1.

2-De acordo com o texto marque um (x) na resposta correta:

a) Para uma boa saúde devemos comer:

- () doces.
- () hambúrgueres.
- () alimentos saudáveis.

b) Devemos evitar comer:

- () alimentos industrializados.
- () alimentos nutritivos.
- () frutas.