

<b>ESCOLA MUNICIPAL YOSHIHIKO NARITA</b>	
<b>DATA:</b> 01/10	<b>SEMANA:</b> 5
<b>ALUNO:</b>	
<b>PROFESSOR:</b> BIA – Danúbia, Eliete, Josefa, Marli, Neiva, Priscila, Rodrigo, Shirley. BIB – Angela, Bianca, Dorcas, Gisele, Viviane, Zilda. BIC- Érika, Kamila, Michelly, Nizete, Sila e Simara.	<b>TURMA:</b> B1A/B1B/B1C
<b>CAMPO DE EXPERIÊNCIA:</b> Espaço, Tempo, Quantidades e Transformações.	
<b>OBJETIVO DE APRENDIZAGEM:</b> (EI02ET07) Contar oralmente objetos, pessoas, livros etc., em contextos diversos.	

### Atividade: Receita: Suco Nutritivo

As frutas são alimentos muito nutritivos, e que fazem muito bem para nossa saúde. E estes nutrientes também estão presentes na casca. E por isso hoje separamos receita de suco de cascas de frutas, para que você e toda sua família possa aproveitar todos os nutrientes destes alimentos tão gostosos e benéficos para nossa saúde. Antes de conferir as receitas, é muito importante saber a maneira correta de lavar as cascas de frutas, para que você tenha sempre um alimento saudável em sua casa. E para limpar as frutas, primeiro você deve esfregar uma esponja em toda casca sobre a água corrente para retirar todas as impurezas (guarde esta esponja apenas para limpeza de frutas).. Ao realizar a receita, vá contando com a criança as quantidades de frutas que estão colocando, quantos copos de água estão adicionando, para que assim desenvolva a contagem oral.

**Materiais:** casca do abacaxi, água, açúcar, xícara, liquidificador, peneira.

Com um sabor cítrico e refrescante, o suco de casca de abacaxi ajuda a prevenir e tratar doenças cardiovasculares. Além disso, também possui propriedades digestivas e reduz o inchaço causado pela artrite

**Como fazer:**. Para prepará-lo, você vai precisar de: **▪ 4 xícaras de chá da casca do abacaxi ▪ 6 xícaras de chá de água ▪ açúcar a gosto**

Modo de preparo: Primeiramente, bata no liquidificador as cascas de abacaxi com a água e coe. Caso queiram, acrescente a hortelã ou suco de limão e bata novamente depois é só saborear!

