

Ficheiro de leitura funcional 1

2006			
	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO
DOM.	F 8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19 26
SEG.	2 9 16 23 30	6 13 20 27	6 13 20 27
TER.	3 10 17 24 31	7 14 21 E	7 14 21 28
QUA.	4 11 18 25	1 8 15 22	1 8 15 22 29
QUI.	5 12 19 26	2 9 16 23	2 9 16 23 30
SEX.	6 13 20 27	3 10 17 24	3 10 17 24 31
SÁB.	7 14 21 28	4 11 18 25	4 11 18 25
	ABRIL	MAIO	JUNHO
DOM.	2 9 P 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
SEG.	3 10 17 24	F 8 15 22 29	5 12 19 26
TER.	4 11 18 F	2 9 16 23 30	6 13 20 27
QUA.	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
QUI.	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 F 22 29
SEX.	7 F 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30
SÁB.	1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 F 17 24
	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO
DOM.	2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24
SEG.	3 10 17 24 31	7 14 21 28	4 11 18 25
TER.	4 11 18 25	1 8 F 22 29	5 12 19 26
QUA.	5 12 19 26	2 9 16 23 30	6 13 20 27
QUI.	6 13 20 27	3 10 17 24 31	7 14 21 28
SEX.	7 14 21 28	4 11 18 25	1 8 15 22 29
SÁB.	1 8 15 22 29	5 12 19 26	2 9 16 23 30
	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
DOM.	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31
SEG.	2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 N
TER.	3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26
QUA.	4 11 18 25	F 8 15 22 29	6 13 20 27
QUI.	F 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28
SEX.	6 13 20 27	3 10 17 24	F 15 22 29
SÁB.	7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30

1. No ano de 2006, em que dia da semana foi:

- O Dia do Pai (19 de março);
- O início da primavera (21 de março);
- O Natal (25 de dezembro).

2. O Dia da Mãe é sempre no primeiro domingo de maio. Este ano em que dia foi:

- dia 4
- dia 5
- dia 6
- dia 7

3. Em que dia da semana foi o teu aniversário?

Ficheiro de leitura funcional 2



1. Este bilhete é de que meio de transporte público?

- comboio
- barco
- metro
- autocarro

2. Em que dia foi comprado o bilhete?

3. Quanto custou o bilhete?

4. Observa a palavra “metro”.

- 4.1. Quantas sílabas tem esta palavra?
- 4.2. Qual delas é a sílaba tónica?

Ficheiro de leitura funcional 3

Brigadeiros

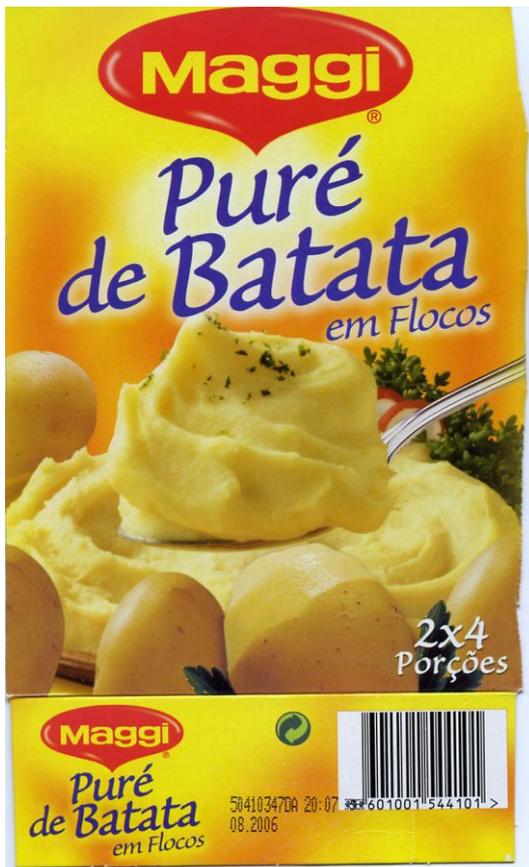
Ingredientes:

1 lata de leite condensado
4 colheres de sopa de chocolate em pó
100 gr de coco ralado
½ cálice de whisky
chocolate granulado ou colorido q. b.
óleo q. b.

Modo de preparação:

Coza a lata de leite condensado na panela de pressão durante uma hora, deixe arrefecer e depois abra-a. Coloque o leite condensado numa caçarola, misture-lhe o chocolate em pó e leve ao lume durante 5 minutos mexendo sempre. Seguidamente adicione o coco e deixe cozer por mais alguns minutos, sem parar de mexer até engrossar. Depois adicione o whisky ao preparado obtido, misture bem e deite a massa sobre a bancada, que deverá estar untada com um pouco de óleo. Por fim, faça pequenas bolinhas com a massa e passe-as pelo chocolate granulado ou colorido.

1. Se quiseres fazer duas quantidades iguais deste doce, quantos gramas de coco ralado precisas?
2. Que bebida alcoólica deve ser adicionada ao bolo?
3. Precisas de açúcar para confeccionar este bolo?
4. Procura nos ingredientes um adjetivo.



Ficheiro de leitura funcional 4

1. Qual é o alimento presente nesta embalagem?
2. Quantas porções podes obter?
3. Poderás comer este alimento em setembro de 2006? Porquê?
4. Observa o slogan “puré de batata”. A palavra sublinhada é um nome ou um adjetivo?

Ficheiro de leitura funcional 5



1. Qual o nome do estabelecimento comercial mencionado no talão?
2. Até quando é válido este talão?
3. Que produtos podes adquirir com 10% de desconto?
4. Observa a frase “*leve os cupões sempre consigo*”.

Identifica o pronome pessoal presente nesta frase.

Ficheiro de leitura funcional 6



1. Este bilhete corresponde a um concerto. Quem foi o artista que actuou?
2. Onde se realizou?
3. Qual o preço deste bilhete?
4. Repara na palavra “*Júlio*”. Que tipo de acento tem esta palavra?

Ficheiro de leitura funcional 7



1. Qual o título do texto?
2. Qual o site associado a este texto?
3. Quantas personagens fazem parte deste diálogo?
4. Que tipo de texto é este?
 - a) narrativa
 - b) banda desenhada
 - c) poesia

Ficheiro de leitura funcional 8



1. Este livro faz parte de que colecção?
2. Quantos livros já foram publicados?
3. Na tua opinião, que mudanças ocorrem na natureza ao longo do ano?
4. Escreve o antónimo de amigo.

Ficheiro de leitura funcional 9

Oeiras
C. C. PALMEIRAS T. 21 457 91 44

Million Dollar Baby de CLINT EASTWOOD
(M/16) – 15:30, 18:30, 21:45

O Mercador De Veneza de MICHAEL
RADFORD (M/12) – 15:15, 18:15, 21:30

WARNER LUSOMUNDO
Oeiras Parque – 707 Cineja T. 707 24 63 62

Pinóquio 3000 de DANIEL ROBICHAUD (M/4)
– 13:10

XOX2 – Estado Radical de LEE TAMAHORI
(M/12) – 15:25, 17:40, 21:10, 23:30

O Reino Dos Céus de RIDLEY SCOTT (M/12) –
12:40, 15:40, 18:25, 21:15, 00:10

Heróis Imaginários de DAN HARRIS (M/16) –
13:15, 15:50, 18:15, 21:25, 00:00

O Chupeta de ADAM SHANKMAN (M/12) –
13:00, 15:30

A Queda – Hitler e o Fim do Terceiro Reich de
OLIVER HIRSCHBIEGEL (M/16) – 18:20, 21:20, 00:25

Danny The Dog – Força Destruidora de
OLIVER HIRSCHBIEGEL (M/16) – 13:20, 16:15,
18:30, 21:45, 23:50

A Intérprete de SYDNEY POLLACK (M/12) –
12:50, 16:10, 18:50, 21:40, 00:15

Uma Canção De Amor de SHAINEE GABEL
(M/12) – 13:30, 18:40, 00:05

Sahara de BRECK EISNER (M/12) – 16:00, 21:30

1. Quantos filmes estão em cartaz no Centro Comercial Palmeiras?
2. Para que números tens de telefonar se quiseres reservar um bilhete para o filme “O chupeta”?
3. Quais são os filmes para maiores de 12 anos na Warner Lusomundo?
4. A que horas podes assistir ao filme “Sahara”?

Ficheiro de leitura funcional 10

 SOS Número Nacional de Socorro — 112*	 Polícia Guarda Nacional Republicana - GNR Grupo Territorial de Loures — 263 273 335 Posto de Alhandra — 219 500 070 Posto de Alverca — 219 580 514 Posto de S. João Talha — 219 947 490 Posto de Bucelas — 219 694 071 Posto de P. Sta. Iria — 219 590 055 Posto de Malveira — 219 862 706 Posto de Sto. Adrião — 219 371 028 Posto de Loures — 219 836 008 Mafra - GNR — 261 815 069 Sobral Monte Agraço GNR — 261 940 800 Arruda dos Vinhos GNR — 263 975 234 V. F. Xira - GNR — 263 273 335 Polícia de Segurança Pública - PSP Esquadra de Moscavide — 219 444 685 Esquadra de Sacavém — 219 498 261 Esquadra de Odivelas — 219 347 951 Esquadra de Sto. Ant. dos Cavaleiros — 219 881 298 Esquadra da Pontinha — 214 790 152 Divisão de Loures — 219 829 500
 Intoxicações 808 250 143**	 Bombeiros Alhandra — 219 500 021 Alverca — 219 580 814 Arruda dos Vinhos — 263 975 684 Bucelas — 219 694 007 Camarate — 219 472 020 Caneças — 219 801 292 219 817 400 Fanhões — 219 738 640 Loures — 219 839 999 Mafra — 261 812 100 Malveira — 219 862 561 Moscavide — 219 458 640 Odivelas — 219 348 290 Pontinha — 214 787 210 Póvoa de Santa Iria — 219 590 032 Sacavém — 219 427 910 Sobral de Monte Agraço — 261 941 122 Vialonga — 219 527 310 Vila Franca de Xira — 263 280 650 Zambujal — 219 749 110
 Hospitais Vila Franca de Xira — 263 285 800	 Centro de Busca e Salvamento Marítimo Lisboa — 214 401 91 214 411 64
 Protecção Civil Nacional — 214 165 100 Delegação Distrital Lisboa — 213 148 213	 Protecção à Floresta Número Nacional — 117*
 Bombeiros Alhandra — 219 500 021 Alverca — 219 580 814 Arruda dos Vinhos — 263 975 684 Bucelas — 219 694 007 Camarate — 219 472 020 Caneças — 219 801 292 219 817 400 Fanhões — 219 738 640 Loures — 219 839 999 Mafra — 261 812 100 Malveira — 219 862 561 Moscavide — 219 458 640 Odivelas — 219 348 290 Pontinha — 214 787 210 Póvoa de Santa Iria — 219 590 032 Sacavém — 219 427 910 Sobral de Monte Agraço — 261 941 122 Vialonga — 219 527 310 Vila Franca de Xira — 263 280 650 Zambujal — 219 749 110	 Linha Nacional de Emergência Social

1. O que entendes por “serviços de urgência”?
2. Refere os locais onde existe serviço de bombeiros.
3. Qual o número que é necessário marcar para pedir socorro?
4. Nestes serviços de urgência está mencionado o número das “intoxicações”. Qual o significado do antónimo desta palavra?

Ficheiro de leitura funcional 11



1. Quais são os autores do livro?
2. Este livro é:
 - a) um romance
 - b) um livro policial
 - c) um livro de aventuras
3. Na tua opinião, esta história foi inventada ou é mesmo real? Porquê?
4. Repara na palavra “Caminho”. Há algum verbo associado ao nome da editora? Se sim, qual?

Ficheiro de leitura funcional 12



1. Qual o local indicado para colocar as pilhas?
2. Indica outros locais apropriados para se colocar:
O papel - _____
Garrafas de vidro - _____
Garrafas de plástico _____
3. Onde podes encontrar pilhões?
4. Encontra um adjetivo, um nome comum e um substantivo no feminino.

Ficheiro de leitura funcional 13



1. O que podes comprar neste local?
2. “Fabrico próprio”
O que significa esta expressão?
3. Qual a morada desta pastelaria?
4. Observa a palavra “são” mencionada neste anúncio. Diz se esta palavra é um:
 - nome próprio
 - verbo
 - adjetivo

Ficheiro de leitura funcional 14

- 1- Qual o produto que este anúncio publicita?
- 2- Esta máquina funciona com uma bateria de iões de lítio?
- 3- “Mais barato”
 - a) Classifica a palavra sublinhada.
 - b) Completa:
A sílaba tónica é _____. As outras sílabas chamam-se _____.
- 4- Escreve por extenso:
 - 199 _____
 - 128 _____
 - 50 _____

Ficheiro de leitura funcional 15

Componha a sua Pizza

telepizza®

PEQUENA MÉDIA FAMILIAR

Escolha a sua massa

Tomate, Oregãos e Topping à base de Mozzarella

Clássica 4,15€ 6,85€ 9,85€

Fina 6,85€ 9,85€

ROLLEZZA 7,00€

Massa mais alta e fofa

Escolha o molho para a sua massa

Barbecue, Mexicano (picante) e Carbonara

(preço por molho) 0,70€ 1,20€ 1,70€

Escolha os ingredientes

Extra de Queijo, Pimento Vermelho, Pimento Verde, Carne, Azeitonas, Chouriço, Alamo, Bacon, Cebola, Cogumelos, Ananás, Miolo, Farnel, Pepperoni, Salsicha, Frango e Farinheira.

(preço por ingrediente) 0,70€ 1,20€ 1,70€

Sugestões

Formaggio
Molho Carbonara, Topping à base de Mozzarella, Queijo Provolone, Queijo Suíço Curado e Queijo de Cabra.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
6,95€ 11,65€ 16,65€ 11,80€

Bacana
Tomate, Oregãos, Topping à base de Mozzarella, Bacon, Cogumelos, Ananás e Extra de Queijo.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
6,95€ 11,65€ 16,65€ 11,80€

Bacalhau com Natas
Molho Carbonara, Topping à base de Mozzarella, Bacalhau, Cebola e Azeitonas.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
6,95€ 11,65€ 16,65€ 11,80€

Barbecue
Molho Barbecue, Topping à base de Mozzarella, Frango, Bacon e Extra Carne.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
7,65€ 12,85€ 18,35€ 13,00€

Burguer
Tomate, Oregãos, Topping à base de Mozzarella, Carne, Cebola, Bacon e Extra de Queijo.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
6,95€ 11,65€ 16,65€ 11,80€

Especial da Casa
Tomate, Oregãos, Topping à base de Mozzarella, Carne, Bacon, Pimento, Azeitonas e Cogumelos ou Cebola.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
7,65€ 12,85€ 18,35€ 13,00€

Americana
Tomate, Oregãos, Topping à base de Mozzarella, Pepperoni, Pimento, Cogumelos e Extra de Queijo.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
6,95€ 11,65€ 16,65€ 11,80€

Farinheira
Tomate, Oregãos, Topping à base de Mozzarella, Carne, Farinheira e Azeitonas.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
6,25€ 10,45€ 14,95€ 10,60€

Carbonara
Molho Carbonara, Topping à base de Mozzarella, Extra Bacon, Cogumelos e Cebola ou Extra de Queijo.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
7,65€ 12,85€ 18,35€ 13,00€

4 Queijos
Tomate, Oregãos e uma massa especial de 4 Queijos.
PEQUENA MÉDIA FAMILIAR ROLLEZZA
6,95€ 11,65€ 16,65€ 11,80€

Se desejar, fazemos-lhe a sua telepizza, com diferentes ingredientes em cada metade. Que mais sabor na sua Pizza? Peça Extra de Queijo na sua telepizza.

Pedido mínimo de 6€ ao domicílio que inclui 1 telepizza* ou 1 produto telepizza, com IVA incluído. Preços, promoções e informação constantes no cupão, válidos de 10/02/05 a 09/03/05, salvo erro tipográfico/impressão. Ao fazer o seu pedido, mencione a oferta. Os distribuidores disponibilizam todo o montante máximo de 29€.

1- Existe alguma pizza chamada “Burguer”?

2- Escreve o nome de 4 ingredientes que uma pizza pode ter.

3- Qual o preço de uma pizza farinheira familiar?

4- Escreve o masculino e o plural das palavras sublinhadas:

masculino plural

americana _____

pequena _____

sua _____

Ficheiro de leitura funcional 16

RTP1	2:	SIC	TVI
22:30 Procissão das Velas RELIGIÃO. Como acontece nos lugares sagrados, o santuário de Fátima também recebe pessoas de todos os quadrantes para participarem nas cerimónias religiosas. No recinto da “Cova da Iria” realiza-se a procissão das velas, a eucaristia, a bênção dos doentes e o adeus à Virgem. Aqui, respira-se o espírito de fervor e oração.	22:30 Sem Rasto SÉRIE. Neste episódio, Jack e a sua equipa procuram uma jovem grávida que desapareceu do hospital onde estava, antes de lhe ser dito que tinha sérias complicações. À medida que os detectives correm contra o tempo a fim de a encontrarem, descobrem que a vida da jovem não corre assim tão bem, pois vive sob o controlo do marido.	01:15 Êxtase ENTRETENIMENTO. Veja ou reveja mais uma edição deste programa onde os Toranja nos dão a conhecer o novo trabalho Segundo. Carlos Dias da Silva continua a mostrar-nos os bastidores da nova novela da SIC, <i>Como Uma Onda</i> , e desta vez vai falar com a bela Aline Moraes e com o seu namorado Cauã. Nuno Eiro foi conhecer o Agente Bobó.	18:00 Morangos com Açúcar NOVELA. Neste episódio, Marta decide vestir um vestido que Ze Luis lhe comprou e pedir ao pai que deixe sair de casa. Ele não deixa a filha sair para que ela não se encontre com Rodas, Joca, Bada, Mario e Carmo assinam o contrato-promessa de compra e venda da casa. Rogério encontra Lola debaixo da mesa dos professores.
06:55 Boletim Agrário 07:00 Bom Dia Portugal 10:00 Praça da Alegria 13:00 Jornal da Tarde (inclui O Tempo) 14:15 28 14:25 A Lenda da Garça 15:00 Portugal no Coração 17:45 SMS: Ser Mais Sabedor 18:30 Registos 19:10 28 19:15 O Preço Certo em Euros 20:00 Telejornal (inclui O Tempo) 21:10 Voz 21:15 Conta-Infomação 21:30 Um Contra Todos 22:30 Cerimónias de Fátima: Procissão das Velas 23:30 Debate da Nação 00:25 Casos do Ciracão 00:30 Sessão da Meia-Noite: África Minha 03:52 Voz 03:55 Televendas 06:30 Nôis	13:45 Tudo em Família – Directo 15:00 Magazine: Artes Páco 2 15:30 Clube de Jornalistas (R) 16:30 Entre Nós 17:00 Hora Discovery (R) 18:00 A Fé dos Homens 18:30 Causas Comuns – Directo 19:15 Ponto Verde 19:30 Zig Zag 20:15 Diário de Sofia 20:20 Quisque 20:40 Sim, Amor 21:00 Hora Discovery 22:00 Jornal 2 22:30 Série: Sem Rasto 23:30 Conselho de Estado 00:15 Contas em Dia 00:30 Magazine: Cinema (R) 01:00 Universidades 01:30 Vidas: Cambridge Spies 02:15 Livro Aberto 03:15 Euronews 03:30 Tudo em Família (R)	06:45 16-16 08:45 Snobs 09:15 Zero Em Comportamento 09:45 SIC 10 Horas – Directo 13:00 Primeiro Jornal 14:00 Rex, O Cão Policia 15:00 Às Duas Por Trés – Directo 16:45 Malhação 17:30 Começar de Novo 18:30 New Wave 19:00 Caboda (R) 20:00 Jornal da Noite 21:15 Zero em Comportamento 21:45 Super Malucos do Ribo 22:15 Senhora do Destino 23:15 Como Uma Onda 00:15 C.S.I. Miami 01:15 Êxtase 01:45 Cartaz Cultural 02:15 Sessão Especial: Jornada Radiosa 04:15 Fúria de Viver	07:00 Diário da Manhã 10:00 Você na TVI 13:00 Jornal da Uma 14:00 Notícias da Quinta 2 16:00 Quem Quer Ganhar 17:00 Mistura Fina 18:00 Morangos com Açúcar 20:00 Jornal Nacional 21:15 Ninguém Como Tu 22:15 Quinta das Celebidades 2 23:00 Mistura Fina 00:00 Notícias da Quinta 2 00:15 Cartaz das Artes 00:45 Santuário de Fátima: Procissão das Velas 03:15 TVI Negócios 03:30 Série: Os Homens do Presidente IV 04:30 Série: As Feticheiras VI

1. Em que canal podemos ver o “lô - lô”?

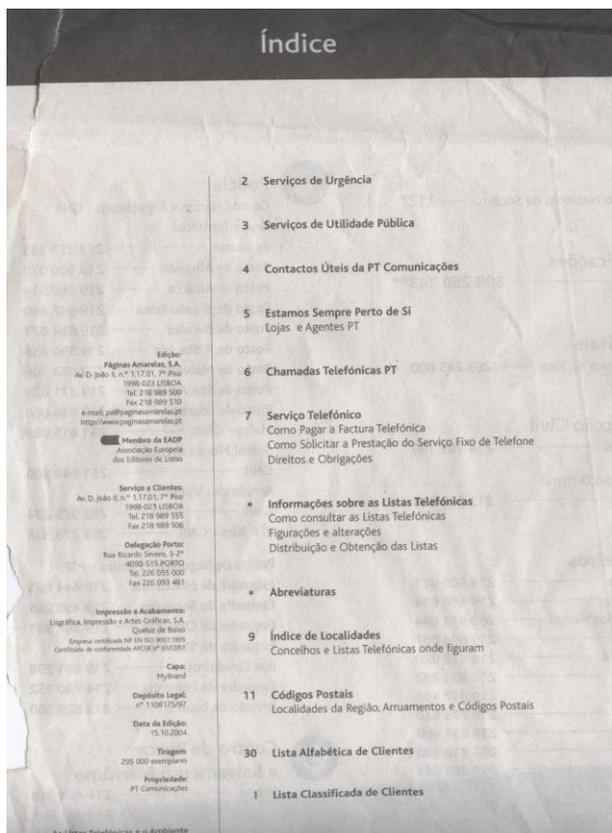
2. “Êxtase” é um:

- programa de Informação
- programa de Entretenimento
- filme de ficção

3. Se estiveres a ver um programa no canal 2 às 18:30, o que estará a passar nos restantes canais a essa hora?

4. Passa para a interrogativa a última frase do resumo da novela “Morangos com Açúcar”.

Ficheiro de leitura funcional 17



1. Se quiseres consultar a “localidade de Lisboa”, que página da lista telefónica tens de abrir?
2. A lista fornece-te a informação de como deves pagar a factura telefónica?
3. Observa a palavra “factura” presente nessa folha. Que tipo de palavra é “factura”?
 - Nome comum
 - Nome colectivo
 - Verbo
4. Neste índice tens a palavra “lista” referida duas vezes. Diz palavras da mesma família.

Ficheiro de leitura funcional 18

"O Chupeta"
"The Pacifier"
Estreia a 7 de Abril

Lusomundo

"O Chupeta" ("The Pacifier") é a nova comédia da Disney, realizada por Adam Shankman, que conta nos papéis principais com Vin Diesel, Brittany Snow, Max Theriot e Morgan York. Vin Diesel é o "herói" mais querido de sempre, nesta hilariante comédia para toda a família. Um soldado da Marinha, Shane Wolf, membro da força de elite mais bem treinada e destemida do mundo, pensava estar preparado para qualquer missão, independentemente do grau de perigo e dificuldade, até ao dia em que experimenta a mais arriscada de todas: "baby-sitting". Substituindo o habitual arsenal de equipamentos especiais e armas, por chupetas, fraldas e biberões de leite, Shane não só terá que lutar contra um inimigo enganador, como também terá que lidar com a rebeldia da adolescente Zoe (Brittany Snow), com a resmungueira de Seth de 14 anos de idade (Max Theriot), com a candidata a ninja Lulu de oito anos (Morgan York), com Peter de três anos de idade e com o bebé Tyler, já para não mencionar a excêntrica ama romena (Carol Kane).

1. Quais são as profissões presentes no texto?
2. Como se chama o soldado da marinha ao qual se refere o documento?
3. Qual a fonte da fotografia?
4. Completa o quadro:

dificuldade	5 sílabas	
não		monossílabo
membro		

Ficheiro de leitura funcional 19

308 eeee • Restaurantes

CONSULTE O ÍNDICE DE TÍTULOS NAS PRIMEIRAS PÁGINAS

RESTAURANTE



Na zona onde a qualidade de vida é uma essência, somos uma referência. Cozinha tradicional Portuguesa é a nossa especialidade, grelhados no carvão a nossa sugestão. Garrafeira de eleição. Doces caseiros

Rua Prof. Armando Lucena, 22 • 2665-211 MALVEIRA
☎ 219 662 563 - Fax 219 663 848
E-mail: info@restaurantesaloio.com
www.restaurantesaloio.com

RESTAURANTE

SALOIO DE CANEÇAS



Especialidades:
• Massada de Tamboril com Gambas
• Carne à Chefe
• Galinha Caseira de Cabidela

Salão para Casamentos e Baptizados com capacidade para 700 Pessoas

Rua das Águas Férreas - Vale Nogueira
1675-492 CANEÇAS
Tel. 219 815 570 - Fax 219 817 991
E-mail: saloiodecaneças@portugalmail.pt

RESTAURANTE

O FORCADO



Sopa da Pedra de Almeirim
Ovos c/ Farinheira à Forcado
Enguias Fritas c/ Açorda
Couves a Soco da Chamusca
Tábua de Carnes p/ 4 Comilões
Encerrado à 2ª Feira

Quinta do Galo, Lote 12, Loja-Esq. - Barro
2670-345 LOURES
Tel./Fax 219 831 169

RESTAURANTE

Tratto Fino



Sapere e Tradizione Dall' Italia
Nei Vostri Piatti

R. Alves Redol, Piso 4 - Lj. 403 • 2600 V. FRANCA XIRA
Tel: 263 272 286
R. José A. Veríssimo, 2-lj-E • 2625 FORTE DA CASA
Tel: 219 599 515

- Estes anúncios referem-se a:
 - Hospitais
 - Ruas
 - Restaurantes
- Se a Joana for almoçar à quinta do Galo, lote 12, loja-esq. - Barro, 2670-345 Loures, o que poderá comer?
- Se quiseres obter informações sobre o restaurante Saloio, que site da Internet deves visitar?
- Encontra o plural da palavra comilão. Em que anúncio se encontra:
 - Restaurante Saloio
 - O Saloio de Caneças
 - O Forcado
 - Tratto Fino

AJUDE A PROTEGER O AMBIENTE

Deite a sucata no lixo

Espalme o estajo e junte-o ao seu papel velho para reciclar.

Em 1867, o farmacêutico Henri Nestlé criou a primeira papa infantil para responder aos problemas nutricionais da época. Atualmente a Nestlé dá continuidade a essa herança pioneira desenvolvendo nutrição cientificamente avançada para responder às necessidades de bebés e crianças em crescimento por todo o mundo.

Ingredientes

Cereais 51.7% (farinha de trigo e trigo hidrolisado), leite parcialmente desnatado (32,6%), sacarose, óleo de girassol, fumarato ferroso, regulador de acidez (carbonato de cálcio), aromatizante (vanilina), vitaminas (A, B1, C, D, E, PP, ácido fólico, biotina e ácido pantoténico).

Este produto contém glúten.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA	Por 100g	Por refeição 50g a 150 ml
Valor energético	413 kcal	206 kcal
	1744 kJ	872 kJ
Proteínas	15,0 g	7,5 g
Glicídios	68,0 g	34 g
dos quais açúcares	36,3 g	18,1 g
Lípidos	9,0 g	4,5 g
dos quais saturados	3,9 g	1,9 g
Fibras alimentares	1,6 g	0,8 g
Sódio	155 mg	77 mg
VITAMINAS E MINERAIS		
A	309 µg	154 µg
B1	0,80 mg	0,40 mg
B2	0,30 mg	0,15 mg
B6	0,30 mg	0,15 mg
B12	0,7 µg	0,35 µg
C	35 mg	17 mg
D	5 µg	2,5 µg
E	3,0 mg	1,5 mg
PP	4,0 mg	2,0 mg
Ácido fólico	22 µg	11 µg
Ácido pantoténico	1,5 mg	0,75 mg
Biotina	25 µg	12,5 µg
Cálcio	480 mg	240 mg
Fósforo	380 mg	190 mg
Ferro	7,5 mg	3,7 mg
Potássio	530 mg	265 mg

Ficheiro de leitura funcional 20

- Qual o ingrediente com maior percentagem neste produto? Que percentagem tem?
- Este documento dá-nos alguma informação de como se pode ajudar a preservar o ambiente? Qual?
- Como se chamava o farmacêutico que criou a primeira papa infantil? Qual a finalidade da criação desta papa?
- “Este produto contém glúten.” Procura no dicionário o significado da palavra sublinhada.

Ficheiro de leitura funcional 21

INGREDIENTES		
Trigo Inteiro (93,5%), Extracto de Cevada Maltada, Açúcar, Sal, Niacina, Ferro, Tiamina, Riboflavina, Ácido Fólico.		
Contém: Glúten		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
	por porção de 33,5g	Por 100g
Valor energético	535kJ/126kcal	1427kJ/336kcal
Proteínas	4.4g	11.8g
Hidratos de carbono	25.5g	68.0g
(dos quais açúcares)	(1.8g)	(4.7g)
Gordura	0.7g	1.9g
(da qual saturada)	(0.2g)	(0.6g)
Fibra	3.8g	10.1g
(solúvel)	(1.0g)	(2.6g)
(insolúvel)	(2.8g)	(7.5g)
Sódio	0.1g	0.27g
Humidade Máx.	6.1%	
Vitaminas		
	por porção 33,5g	Por 100g
Niacina	5.7mg / 32% DDR*	13.3mg / 85% DDR*
Tiamina (Vitamina B1)	0.4mg / 32% DDR	1.2mg / 85% DDR
Riboflavina (Vitamina B2)	0.5mg / 31% DDR	1.4mg / 85% DDR
Ácido fólico	64.0µg / 31% DDR	170.0µg / 85% DDR
Minerais		
Ferro	4.5mg / 32% DDR	11.9mg / 85% DDR

* DDR = dose diária recomendada.
Uma porção de 33,5 gramas (dois biscoitos Weetabix), proporciona 32% da dose diária recomendada (DDR) para o adulto médio, das vitaminas e do ferro descritos na informação nutricional. Esta embalagem contém 12 porções de dois biscoitos cada.

430g

1. Quais as informações principais que este documento te fornece?
2. Podemos considerar o ferro uma vitamina?
3. Copia do documento palavras que rimem com *mal*, *vitamina* e *certo*. Invente uma quadra que reforce a importância das vitaminas (podes utilizar a palavra vitamina e outra que rime com esta).
4. Transforma o segundo valor nutricional das proteínas em kg.

Ficheiro de leitura funcional 22

		DIAS ÚTEIS																		
Lisboa > Setúbal		15:40	16:00	16:20	16:40	16:50	17:00	17:10	17:20	17:30	17:40	17:50	18:00							
Roma-Areiro																				
Entrecampos																				
Sete Rios																				
Campolide																				
Pragal																				
Corroios																				
Foros de Amora																				
Fogueteiro																				
Coima																				
Penalva																				
Pinhal Novo																				
Venda do Alcaide																				
Palmela																				
Setúbal																				
Setúbal > Lisboa		14:56	15:00	15:05	15:09	15:15	15:15	15:20	15:20	15:25	15:30	15:35	15:40	15:45	15:50	15:55	16:00	16:05	16:10	
Setúbal																				
Palmela																				
Venda do Alcaide																				
Pinhal Novo																				
Penalva																				
Coima																				
Fogueteiro																				
Foros de Amora																				
Corroios																				
Pragal																				
Campolide																				
Sete Rios																				
Entrecampos																				
Roma-Areiro																				

1. São 17:00 horas. Estou na estação de Sete Rios e quero ir para o Pragal.
 - a) A que horas tenho o próximo Comboio?
 - b) A que horas vou chegar ao Pragal?
 - c) Quanto tempo dura, então, a viagem?
2. Quais são as estações terminais?
3. Quanto tempo demora a viagem entre uma e outra?
4. Descubra as palavras com três sílabas.