



Jornal de Leiria

31-03-2011

Periodicidade: Semanal

Classe: Informação Geral

Âmbito: Regional

Tiragem: 15000

Temática: Saúde

Dimensão: 80

Imagem: S/Cor

Página (s): 44

Comida saudável é mais barata

Comer bem é mais barato intitula a campanha nacional, lançada pela Fundação Gulbenkian, Fundação EDP e SIC, com apoio da Deco e Associação Portuguesa de Nutricionistas. O objectivo é contribuir para mudar atitudes e comportamentos alimentares das

famílias portuguesas, mostrando que um equilíbrio nutricional é possível a baixo custo. *Spots* televisivos vão apresentar sete refeições completas e equilibradas, do ponto de vista nutricional, pelo valor de um euro e uma carrinha viajará e parará em locais públicos de diversas cidades portuguesas, para confeccionar as receitas da campanha. O tipo de cozinha sugerido é o tradicionalmente praticado na bacia do Mediterrâneo: azeite, frutos e legumes frescos, consumo moderado de produtos lácteos, carne e peixe. ■

