



Bloguinho Kids  
Lanches & Merendas

iogurte  
Saudável

Isahdora  
janeiro/2018

## Ingredientes

 Dimensão  
da Natureza

- 1 xícara de iogurte natural desnatado ou integral;
- 1 1/2 colher (sopa) de mel;
- 2 colheres (sopa) de aveia;
- 1/2 colher (chá) de linhaça.

## Modo de Preparo

Peque uma caneca ou um copo e coloque o iogurte, o mel, a aveia e a linhaça.

Mexa todos os ingredientes com cuidado.

Está pronto para servir.

Aproveite!





Sobre a Autora:

**Isahdora**

Estudante | Escritora do Bloquinho do Site  
Dimensão da Natureza.

#PorUmMundoLuminoso

Créditos da Postagem:

**logurte Saudável.** In. SITE DIMENSÃO DA NATUREZA, Menu  
KIDS, Bloquinho Kids, Categoria Lanches & Merendas, janeiro 2018.

Disponível em: [www.dimensaodanatureza.com/kids](http://www.dimensaodanatureza.com/kids)

Imagens dos Slides: Wix, Freepik e Pixabay