

À mesa já sei estar e sem entornar!



BONS MODOS À MESA

Em **casa** ou no **cantina**,
numa qualquer refeição,
usa bem os talheres
e nunca comas à mão.

Evita a algazarra
que por vezes lá se instala
não sobreponhas o ruído
ao prazer da fala.

Presta bem atenção
a uma coisa elementar:
A sopa deves comer
E toda a comida mastigar.

Há coisas que nos distinguem
do reino dos animais
e uma boa **educação**
nunca há-de estar a mais.

Deseja **bom apetite**
a quem te faz companhia,
que essa frase é um convite
para que reine a **harmonia**.

Ser educado à mesa
não é questão de estatuto,
faz parte da boa **cidadania**
da criança e do adulto.

José Jorge Letria (adaptado)

OS TALHERES

O garfo e a faca
são o casal perfeito
quando o bife está a jeito
e o peixe, já sem espinhas,
é servido a preceito.

A faca afiadinha
e o garfo pontiagudo
vão convidar a colher
para com eles vir escolher
um pouco de quase tudo:
a sopa, a carne, o puré,
a salada, o fricassé.

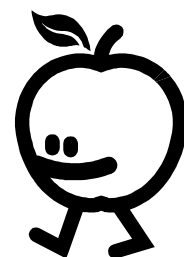


E juntos sobre a toalha,
soldados sem ter batalha,
lá nos mostram como é.
Pega bem na colher, ó Zé!

José Jorge Letria



16 de Outubro



A Cantina faz parte da Escola.

PORTA-TE BEM!!