

A. Deverias comer uma salada.

1-

1. Leia a lista do restaurante e ouça o diálogo.

Ouvir

No Restaurante

Rita: O que é que vais comer?

Miguel: Acho que vou pedir uma dose de cozido à portuguesa. Olha, aqui têm umas sobremesas fantásticas! Nem sei o que hei-de escolher a seguir.

Rita: Tu não tens problemas de hipertensão e diabetes?!

Miguel: Oh! Tenho! Não me vais chatear com isso ao almoço, pois não?

Rita: Olha, o que eu acho é que deverias comer um bife ou uma dourada grelhada com uma salada e, como sobremesa, uma salada de frutas seria melhor do que esses doces em que estás a pensar.

Miguel: Os comprimidos que eu tomo são suficientes para controlar esses problemas de saúde. À refeição temos que comer bem!

Rita: Comer bem não significa comer o que nos faz mal à saúde, Miguel. Eu raramente como carne e doces e acho que como bem, pelo menos em relação à qualidade.

Ementa

Entradas:

- * Sopa de legumes
- * Sopa de espinafres

Carne:

- * Cozido à portuguesa
- * Perna de porco no forno com batatas assadas
- * Bife grelhado

Peixe:

- * Bacalhau com natas
- * Filetes com arroz de feijão
- * Dourada grelhada

Saladas:

- * Salada mista
- * Salada de frango
- * Salada vegetariana

Sobremesas:

- * Bolo de natas da Avó
- * Tarte de amêndoa
- * Salada de frutas
- * Fruta da época

2. Antes de ler o diálogo responda às seguintes perguntas:

Compreensão oral do diálogo

1. O que é que o Miguel quer comer?
2. Porque é que a Rita não concorda com o que o amigo escolheu?
3. O que é que a Rita acha que o Miguel deveria comer?
4. Porque é que o Miguel pensa que a Rita não tem razão?
5. Como é, normalmente, a alimentação da Rita?