

Lista de materiais | Cardápio Diet e Light

Antes de comprar qualquer item, confirme em aula se a lista teve alguma alteração.

- Vestuário

- Uma dólmã branca ou um avental de peito de pano, em algodão (evitar tecidos sintéticos)
- Duas camisetas com manga longa (a aquisição dessas camisetas somente será necessária quando se optar pela utilização do avental de peito)
- Duas calças compridas
- Um par de sapatos fechados com solado emborrachado antiderrapante ou um par de sapatos de segurança