<!DOCTYPE html>

<html>

<head>

<title>Fomulário</title>

<meta charset="utf-8">

</head>

<body>

<h3>Formulário</h3>

<p>Preencha o seguinte formulário com os seus dados de contacto</p>

<form action="mailto:nomealuno@my.istec.pt" method="post"

enctype="text/plain">

<fieldset>

    <legend>Inscrição:</legend>

    <label for="nome\_id">Nome: </label>

    <input type="text" name="nome" id="nome\_id" placeholder="Qual o seu nome?"

    maxlength="10" required>

    <br>

    <br>

    <label for="apelido\_id">Apelido: </label>

    <input type="text" name="apelido" id="apelido\_id"

    placeholder="Qual o seu apelido?" maxlength="10" required>

    <br>

    <br>

    <label for="email\_id">E-mail: </label>

    <input type="email" name="email" id="email\_id" placeholder="Qual o

    seu email?" required>

    <br>

    <br>

    <label for="tel\_id">Contato: </label>

    <input type="tel" name="tel" id="tel\_id" placeholder="Qual o seu contato?"

    pattern="[0-9]{9}" maxlength="9" minlength="9" required>

</fieldset>

<br>

<br>

<fieldset>

    <legend>Escolha pizza:</legend>

    <label for="pizza\_id">Pizza: </label><br>

    <input type="checkbox" id="margherita" name="margherita" value="Pizza">

    <label for="margherita"> Margherita</label><br>

    <input type="checkbox" id="rustica" name="rustica" value="Pizza">

    <label for="rustica"> Rústica</label><br>

    <input type="checkbox" id="primavera" name="primavera" value="Pizza">

    <label for="primavera"> Primavera</label><br>

    <input type="checkbox" id="calzone" name="calzone" value="Pizza">

    <label for="calzone"> Calzone</label><br>

    <br>

    <label for="massa">Tipo de massa: </label><br>

    <select id="massa" name="massa">

      <option value="Normal">Normal</option>

      <option value="Fina">Fina</option>

      <option value="Grossa">Grossa</option>

    </select>

    <br>

    <br>

    <label for="ingredientes">Ingredientes Extra: </label><br>

    <br>

    <input type="checkbox" id="azeitonas" name="azeitonas" value="ingredientes">

    <label for="azeitonas"> Azeitonas</label><br>

    <input type="checkbox" id="cebola" name="cebola" value="Pizza">

    <label for="cebola"> Cebola</label><br>

    <input type="checkbox" id="milho" name="milho" value="Pizza">

    <label for="milho"> Milho</label><br>

    <input type="checkbox" id="camarao" name="camarao" value="Pizza">

    <label for="camarao"> Camarão</label><br>

    <input type="checkbox" id="ananas" name="ananas" value="Pizza">

    <label for="ananas"> Ananás</label><br>

  </datalist>

</fieldset>

<br>

<br>

<fieldset>

    <legend>Pagamento:</legend>

    <label for="morada">Morada: </label><br>

    <input type="text" name="morada" id="morada\_id" placeholder="Morada da fatura?"

    maxlength="100" required>

    <br>

    <br>

    <label for="codigopostal\_id">Código Postal: </label>

    <input type="codigopostal" name="codigopostal" id="codigopostal\_id" placeholder="0000-000"

    pattern="[0-9]{9}" maxlength="7" minlength="7" required>

    <br>

    <br>

    <label for="NIF\_id">NIF: </label>

    <input type="NIF" name="NIF" id="NIF\_id" placeholder="NIF da fatura"

    pattern="[0-9]{9}" maxlength="9" minlength="9">

    <br>

    <br>

    <br>

    <label for="Pagamento\_id">Método de pagamento: </label>

    <br>

    <br>

    <label for="dinheiro">Dinheiro</label>

    <input type="radio" id="metododepagamento" name="pagamento" value="dinheiro">

    <label for="multibanco">Multibanco</label>

    <input type="radio" id="metododepagamento" name="pagamento" value="multibanco">

    <label for="mbway">MBWay</label>

    <input type="radio" id="metododepagamento" name="pagamento" value="mbway">

        </fieldset>

<br>

<br>

<input type="reset" value="Limpar">

<input type="submit" value="Confirmar">

</form>

</body>

</html>

Lista

<!DOCTYPE html>

<html>

<head>

    <meta charset="UTF-8">

    <title>Lista</title>

</head>

<body>

    <h1>Lista de ingredientes para fazer um bolo</h1>

    <ul>

        <li>Ovo</li>

        <li>C. de sopa oleo</li>

        <li>C. de sopa de leite meio gordo</li>

        <li>C. de sopa de leite mascavado</li>

        <li>C. de sopa rasa farinha</li>

        <li>C. de sopa rasa chocolate em pó</li>

        <li>C. de chá fermento em pó</li>

        <li>C. de café açúcar em pó</li>

      </ul>

      <ol>

        <li>Ovo</li>

        <li>C. de sopa oleo</li>

        <li>C. de sopa de leite meio gordo</li>

        <li>C. de sopa de leite mascavado</li>

        <li>C. de sopa rasa farinha</li>

        <li>C. de sopa rasa chocolate em pó</li>

        <li>C. de chá fermento em pó</li>

        <li>C. de café açúcar em pó</li>

      </ol>

      <dl>

        <dt>Ovo</dt>

        <dt>C. de sopa oleo</dt>

        <dt>C. de sopa de leite meio gordo</dt>

        <dt>C. de sopa de leite mascavado</dt>

        <dt>C. de sopa rasa farinha</dt>

        <dt>C. de sopa rasa chocolate em pó</dt>

        <dt>C. de chá fermento em pó</dt>

        <dt>C. de café açúcar em pó</dt>

      </dl>

</body>

</html>

Receita

<!DOCTYPE html>

<html>

<head>

    <meta charset="UTF-8">

    <style>

        table, th, td {

        padding: 1px;

          border: 1px solid black;

          border-collapse: collapse;

          border-spacing: 15px;

        }

    </style>

    <title>Receita de um bolo de chocolate</title>

</head>

<body>

    <h1>Receita Bolo de Caneca</h1>

    <a href="https://www.pingodoce.pt/receitas/bolo-de-caneca/">

        <img src="https://www.pingodoce.pt/wp-content/uploads/2016/04/617\_bolonacaneca-516x310.jpg" alt="Bolo de caneca" style="width:400x;height:225px;">

        </a>

    <h2>Ingredientes</h2>

    <ol>

        <li>Ovo</li>

        <li>C. de sopa oleo</li>

        <li>C. de sopa de leite meio gordo</li>

        <li>C. de sopa de leite mascavado</li>

        <li>C. de sopa rasa farinha</li>

        <li>C. de sopa rasa chocolate em pó</li>

        <li>C. de chá fermento em pó</li>

        <li>C. de café açúcar em pó</li>

    </ol>

    <h2>Preparação</h2>

    <ol>

        <li>Numa caneca grande, bata muito bem o ovo, o óleo, o açúcar e o leite, usando um garfo.</li>

        <li>Numa taça à parte, misture a farinha, o fermento e o chocolate em pó e depois vá adicionando a mistura à caneca, mexendo sempre muito bem.</li>

        <li>Leve ao microondas, na potência máxima, durante 3 minutos.</li>

        <li>Polvilhe com açúcar em pó e sirva directamente da caneca.</li>

    </ol>

    <table style="width:50%">

        <tr>

          <th></th>

          <th>Dose</th>

        </tr>

        <tr>

          <td>Energia</td>

          <td>772 Kcal</td>

        </tr>

        <tr>

          <td>Gordura</td>

          <td>52,1g</td>

        </tr>

        <tr>

          <td>das quais saturada</td>

          <td>7,5g</td>

        </tr>

        <tr>

            <td>Hidartos de carbono</td>

            <td>60,7g</td>

          </tr>

        <tr>

            <td>dos quais açucares</td>

            <td>14,6g</td>

        </tr>

        <tr>

            <td>Fibra</td>

            <td>4,4g</td>

        </tr>

        <tr>

            <td>Proteínas</td>

            <td>16,8g</td>

        </tr>

      </table>

      </body>

      </html>

</body>

</html>