



CÁRDAPIO - 28/06/2021 a 02/07/2021

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
Principal	Bisnaguinha com requeijão	Pão com manteiga	Pão de queijo	Biscoito amanteigado	Misto
Acompanhamento	Café com leite, suco e fruta	Café com leite, suco e fruta	Café com leite, suco e fruta	Café com leite, suco e fruta	Café com leite, suco e fruta
ALMOÇO					
Prato Principal	Geral opção 1: Escondidinho de carne/ Infantil opção 1: Carne moída refogada	Geral opção 1: Almôndegas ao molho de tomate/ Infantil Opção 1: Bife assado cortado em cubos	Geral opção 1: Carne moída ao molho vermelho e molho branco/ Infantil Opção 1: Bife refogado em cubos	Geral opção 1: Costela de tambaqui assada/ Infantil Opção 1: Peixe assado desfiado	Geral opção 1: Churrasco misto (Carne/calabresa)/ Infantil Opção 1: Bife grelhado cortado em cubos
Opção	Geral opção 2: Frango assado Infantil Opção 2: Frango grelhado e cortada em cubos	Geral opção 2: Pirarucu empanado/ Infantil Opção 2: Peixe assado desfiado	Geral opção 2: Frango grelhado/ Infantil Opção 2: Frango assado cortado em cubos	Geral opção 2: Maminha assada/ Infantil Opção 2: Carne moída com legumes	Geral opção 2: Churrasco misto (Frango/lingüiça de frango)/ Infantil Opção 2: Frango assado cortado em cubos
Prato-Base	Arroz, feijão e macarrão	Arroz, feijão e macarrão	Arroz, feijão e macarrão	Arroz, feijão e macarrão	Arroz, feijão e macarrão
Guarnição	Salada crua e cozida	Salada crua e cozida	Salada crua e cozida	Salada crua e cozida	Salada crua e cozida
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE DA TARDE (Exclusivo Ensino Infantil)					
Principal	Pão de queijo	Tapioca com manteiga	Misto	Mini pizza	Bolo de leite
Acompanhamento	Suco natural, fruta e cereal ou castanhas	Suco natural, fruta e cereal ou castanhas	Suco natural, fruta e cereal ou castanhas	Suco natural, fruta e cereal ou castanhas	Suco natural, fruta e cereal ou castanhas



CÁRDAPIO - 28/06/2021 a 02/07/2021

Cardápio elaborado para fornecer 20% das necessidades nutricionais diárias nos lanches, 30% nas refeições principais (almoço). Elaborado por: Andreza Lira - Nutricionista - CRN7/ 8428

Observações:

- O prato principal e a opção do cardápio para a Educação Infantil será sempre desfiado ou em cubos.
- Embutidos não serão servidos, sempre substituídos por carne ou frango grelhados.
- Sempre teremos frutas nos lanches como opção, caso a criança não aceite lanche a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.

