

CARDÁPIO SEMANAL

08/10 a 11/10

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche da manhã					
SUCO / LEITE / FRUTA Obs: Sempre teremos frutas nos lanches como opção, caso a criança não aceite a opção principal.	Café com leite Fruta em pedaço	Suco natural Fruta em pedaço	Suco natural Fruta em pedaço	Suco natural Fruta em pedaço	
ACOMPANHAMENTO	Pão de queijo	Pão com presunto	Gravatinha	Bolo de leite	
Almoço					
PRATO PRINCIPAL	Bife à parmeggiana	Carne assada	Peixe empanado	Frango assado	
OPÇÃO	Pernil suíno	Peito de frango	Picadinho rico	Lasanha	
PRATO-BASE	Arroz branco Feijão preto	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão preto	Arroz branco Feijão carioca	
GUARNIÇÃO	Batata palito	Macarrão/sopa	Vatapá	Purê de batata	
SALADAS	Salada crua e cozida	Salada crua e cozida	Salada crua e cozida	Salada crua e cozida	
Lanche da tarde					
SUCO / LEITE / FRUTA Obs: Sempre teremos frutas nos lanches como opção, caso a criança não aceite lanche a opção principal.	Suco natural Fruta em cubos	Café com leite Fruta em cubos	Café com leite Fruta em cubos	Suco natural Fruta em cubos	
ACOMPANHAMENTO	Bolo de chocolate	Croissant de queijo	Tapioca	Bruscheta de frios	

Cardápio elaborado para fornecer 20% das necessidades nutricionais diárias nos lanches e 30% nas refeições principais (almoço)*.

ANDRÉIA OLIVEIRA - Nutricionista - CRN 505

OBS: O prato principal e a opção do cardápio para a Educ. Infantil será sempre desfiado ou em cubinhos e sem molho. No caso dos embutidos, serão substituídos por carne ou frango grelhado.

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.**