



CARDÁPIO 2ª SEMANA – JULHO 2019

	SEGUNDA 08.07.19	TERÇA 09.07.19	QUARTA 10.07.19	QUINTA 11.07.19	SEXTA 12.07.19
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com Leite / Suco Uva Rubi	Suco Natural Melancia	Suco Natural Tangerina	-	-
ACOMPANHAMENTO	Bisnaguinha com Presunto de Peru	Bolo Mesclado	Croissant de Morango	-	-
ALMOÇO (Para todos os alunos)					
PRATO PRINCIPAL	Frango Assado com Cenoura em Palito	Alcatra Assada ao Molho de Tomate	Filé de Frango Empanado	Maminha Assada com Batata Corada	Costela de Tambaqui Assada
OPÇÃO	Picadinho Com Legumes	Costela Suína	Escondidinho de Carne Seca	Omelete de Frios	Bife Acebolado
PRATO - BASE	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto
GUARNIÇÃO	Caldinho de Feijão	Macarrão ao Alho e Óleo	Batata Palito	Purê	Farofa de Banana
SALADAS / FRUTAS	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida
LANCHE DA TARDE (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Suco Natural Melão	Suco Natural Mamão	Café com Leite / Suco Uva Itália	-	-
ACOMPANHAMENTO	Tijolinho de Chocolate /Milho	Pão de Queijo / Castanha	Tapioca com Queijo / Amendoim	-	-

Elaborado por: Luciana Souza - Nutricionista - CRN7/ 2631

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

Observações:

- O prato principal e a opção do cardápio para a Educação Infantil será sempre desfiado ou em cubos e sem molho.
- Embutidos não serão servidos, sempre substituídos por carne ou frango grelhados.

- Sempre teremos frutas nos lanches como opção, caso a criança não aceite lanchar a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.

