



CARDÁPIO 3ª SEMANA – DEZEMBRO 2019

	SEGUNDA 16/12/2019	TERÇA 17/12/2019	QUARTA 18/12/2019	QUINTA 19/12/2019	SEXTA 20/12/2019
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Suco Natural Uva Itália	Café com leite Melão			
ACOMPANHAMENTO	Pão de queijo	Tapioca simples			
PRATO PRINCIPAL					
	Filé de peixe empanado	Estrogonofe de frango	Escondidinho de peixe	Frango assado	Costela bovina
OPÇÃO	Espaguete ao molho vermelho	Maminha assada			
PRATO - BASE	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Preto
GUARNIÇÃO	Sopa	Batata Palha			
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	Café com leite Banana	Suco Natural Mamão			
ACOMPANHAMENTO	Croissant de queijo / Cereal Integral	Jacarézinho / Castanha			

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 lanchar a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.

