



CARDÁPIO 4ª SEMANA – JULHO 2019

	SEGUNDA 22.07.19	TERÇA 23.07.19	QUARTA 24.07.19	QUINTA 25.07.19	SEXTA 26.07.19
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com Leite / Suco Uva Rubi	Suco Natural Morango	Suco Natural Melancia	Suco Natural Melão	Café com Leite / Suco Mamão
ACOMPANHAMENTO	Pão de Queijo	Mini Folheado de Queijo	Bolinho Mesclado	Croissant	Bisnaguinha com Queijo
ALMOÇO (Para todos os alunos)					
PRATO PRINCIPAL	Contra Filé à Pizzaiolo	Pirarucu de Casaca	Carne de Sol	Bife à Milanese	Festival de Massas
OPÇÃO	Frango Guisado	Escalope ao Molho Madeira	Filé de Frango à Milanese	Costela Suína	Feijoada
PRATO - BASE	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto
GUARNIÇÃO	Caldo Verde	Vatapá	Batata Palito	Macarrão ao Alho e Óleo	Couve Refogada / Farofa
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 Kiwi	Suco Natural Banana	Café com Leite / Suco Uva Itália	Suco Natural Abacaxi	Suco Natural Tangerina
ACOMPANHAMENTO	Mini Pizza / Castanhas	Enroladinho de Frios / Granola	Tapioca Simples / Castanha de Caju	Pão com Peito de Peru / Milho	Bolo de Chocolate / 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 lanche a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.

