



CARDÁPIO 4ª SEMANA – OUTUBRO 2019

	SEGUNDA 21/10/19	TERÇA 22/10/2019	QUARTA 23/10/19	QUINTA 24/10/19	SEXTA 25/10/19
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com leite / Suco Natural Mamão	Café com leite / Suco Natural Melão	Vitamina de frutas Kiwi		Café com leite / Suco Mamão
ACOMPANHAMENTO	Misto	Panqueca de banana	Biscoito Maisena		Pão de queijo
PRATO PRINCIPAL	Frango cozido com batata	Costela ao molho barbecue	Bife à milanesa		Frango empanado
OPÇÃO	Maminha Assada	Fricassê de frango	Coxa e sobrecoxa de frango assadas		Feijoadada
PRATO - BASE	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	FERIADO	Arroz Branco Feijão Preto
GUARNIÇÃO	Sopa	Batata Palha	Batata Palito		Couve refogada
SALADAS / FRUTAS	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 Banana	Suco Natural Uva	Café com Leite / Suco Natural Banana		Vitamina de frutas Uva
ACOMPANHAMENTO	Folhado de queijo/Castanha de caju	Cuca de goiabada / Granola	Tapioquinha simples / Cereal		Croissant de frango / Amendoim

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.

