



CARDÁPIO 3ª SEMANA – MAIO 2019

	SEGUNDA 13.05.19	TERÇA 14.05.19	QUARTA 15.05.19	QUINTA 16.05.19	SEXTA 17.05.19
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com Leite / Suco Kiwi	Suco Natural Melão	Suco Natural Uva Itália	Suco Natural Banana	Café com Leite / Suco Melancia
ACOMPANHAMENTO	Bisnaguinha com Ovo	Croissant de Queijo	Bolo de Milho	Enroladinho de Queijo	Misto
ALMOÇO (Para todos os alunos)					
PRATO PRINCIPAL	Bife ao Molho de Pomarola	Maminha Assada com Batatas	Bife à Cavalo	Frango Crocante	Feijoada
OPÇÃO	Coxinha da Asa ao Forno	Pirarucu à Milanese	Costela Suína ao Molho Barbecue	Strogonoff de Carne	Contra Filé ao Forno
PRATO - BASE	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto
GUARNIÇÃO	Sopa de Legumes	Bruschetta	Baião de Dois	Batata Palha	Farofa / Couve Refogada
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 Uva Rubi	Suco Natural Mamão	Café com Leite / Suco Melancia	Suco Natural Morango	Suco Natural Tangerina
ACOMPANHAMENTO	Gravatinha Mista / Castanhas	Bolinho Formigueiro / Passas	Tapioca / Milho	Bolo de Maçã com Aveia e Castanhas / Granola	Pão de Queijo / Castanha

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.

