



CARDÁPIO 1ª SEMANA – NOVEMBRO 2019

	SEGUNDA 04/11/2019	TERÇA 05/11/2019	QUARTA 06/11/2019	QUINTA 07/11/2019	SEXTA 08/11/2019
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Achocolatado / Suco Uva Itália	Suco Natural Banana in natura	Vitamina de frutas Melão	Suco Natural Melancia	Café com leite / Suco Tangerina
ACOMPANHAMENTO	Tapioquinha simples	Mingau de aveia	Pão de queijo	Bisnaguinha com patê	Jacaré de Frios
PRATO PRINCIPAL					
	Coxa e sobrecoxa assadas	Costela de Tambaqui	Escondidinho de Carne	Almôndegas Bovina ao molho	Isca de Carne Oriental
OPÇÃO	Bife grelhado	Picadinho	Frango à Parmegiana	Filé de peixe de forno	Feijoada
PRATO - BASE	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Preto
GUARNIÇÃO	Sopa	Espaguete	Batata Palito	Macarrão ao Alho e Óleo	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 Banana in ntura	Achocolatado Uva	Café com Leite / Suco Mamão	Suco Natural Tangerina	Vitamina de frutas Melancia
ACOMPANHAMENTO	Biscoito amanteigado / Cereal Integral	Bisnaguinha com Queijo/ Castanha	Tapioquinha simples / Granola	Omeletinho / Castanha de Caju	Folhado misto / 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 lanche a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.

