



CARDÁPIO 3ª SEMANA – JUNHO 2019

	SEGUNDA 17.06.19	TERÇA 18.06.19	QUARTA 19.06.19	QUINTA 20.06.19	SEXTA 21.06.19
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com Leite / Suco Uva Rubi	Suco Natural Melancia	Suco Natural Kiwi	Suco Natural Morango	Café com Leite / Suco Melão
ACOMPANHAMENTO	Bisnaguinha com Peito de Peru	Bolinho Formigueiro	Misto	Mingau de Aveia	Pão de Queijo
ALMOÇO (Para todos os alunos)					
PRATO PRINCIPAL	Alcatra ao Molho	Bife à Milanese	Frango ao Vinho	Maminha Assada com Manjeriçao	Feijoada
OPÇÃO	Frango à Calabresa (Cubos de Frango com Linguica)	Costela Suína ao Forno	Almôndegas ao Sugo	Pirarucu com Banana à Milanese	Bife Acebolado
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	Batata Palito	Macarrão ao Alho e Óleo	Purê	Farofa / Couve Manteiga
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 Tangerina	Suco Natural Melão	Café com Leite / Suco Uva Itália	Suco Natural Melancia	Suco Natural
ACOMPANHAMENTO	Mini Folheado / Castanha	Pastel Aberto / Granola	Tapioca / Gelatina	Mini Pizza / Castanha de Caju	Mini Esfiha / Granola

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 lanchar a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.

