



## CARDÁPIO 1ª SEMANA – AGOSTO 2019

	SEGUNDA 12.08.19	TERÇA 13.08.19	QUARTA 14.08.19	QUINTA 15.08.19	SEXTA 16.08.19
<b>LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)</b>					
<b>SUCO / LEITE / FRUTA</b>	<b>Café com Leite / Suco</b> Mamão	Suco Natural Melancia	Suco Natural Tangerina	Suco Natural Kiwi	<b>Café com Leite / Suco</b> Uva Itália
<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Bisnaguinha c/ Presunto de Peru	Enroladinho de Frios	Folheado Misto /Castanha Caju	Bolo de Maçã c/ Aveia e Castanhas	Sanduíche de Carne
<b>ALMOÇO (Para todos os alunos)</b>					
<b>PRATO PRINCIPAL</b>	<b>Filé de Frango à Milanese</b>	<b>Bife de Panela</b>	<b>Isca de Carne</b>	<b>Strogonoff de Frango</b>	<b>Feijoada</b>
<b>OPÇÃO</b>	<b>Almôndegas ao Molho</b>	<b>Omelete de Frios</b>	<b>Lasanha à Bolognesa</b>	<b>Escondidinho de Carne Seca</b>	<b>Contra Filé</b>
<b>PRATO - BASE</b>	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto
<b>GUARNIÇÃO</b>	Sopa	Farofa	Batata ao Queijo	Espaguete ao Alho e Óleo	Farofa / Couve Refogada
<b>SALADAS / FRUTAS</b>	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida	Salada Crua e Cozida
<b>LANCHE DA TARDE (Exclusivo Ensino Infantil)</b>					
<b>SUCO / LEITE / FRUTA</b>	Suco Natural Uva Rubi	Suco Natural Melão	<b>Café com Leite / Suco</b> Banana	Suco Natural Melancia	Suco Natural Abacaxi
<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Bolinho de Leite / Amendoim	Pastel de Forno/ Passas c/ Granola	Pão com Ovo / Granola	Misto / Castanha de Caju	Pão de Queijo / Castanha

Cardápio elaborado para fornecer 20% das necessidades nutricionais diárias nos lanches, 30% nas refeições principais (almoço).

Elaborado por: Luciana Souza - Nutricionista - CRN7/ 2631

### Observações:

- O prato principal e a opção do cardápio para a Educação Infantil será sempre desfiado ou em cubos e sem molho.
- Cardápio sujeito a alterações.

- Sempre teremos frutas nos lanches como opção, caso a criança não aceite lanchar a opção principal.
- Embutidos não serão servidos, sempre substituídos por carne ou frango grelhados.

