



CARDÁPIO 3ª SEMANA – AGOSTO 2019

	SEGUNDA 19.08.19	TERÇA 20.08.19	QUARTA 21.08.19	QUINTA 22.08.19	SEXTA 23.08.19
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com Leite / Suco Kiwi	Suco Natural Mamão	Suco Natural Melancia	Suco Natural Uva Rubi	Café com Leite / Suco Melão
ACOMPANHAMENTO	Pão de Queijo	Bisnaguinha com Ovos	Mini Croissant Frango	Sushi de Mentirinha	Tapioca
ALMOÇO (Para todos os alunos)					
PRATO PRINCIPAL	Picanha ao Forno	Alcatra ao Molho de Vinho	Bife com Tomate Cereja	Maminha ao Molho	Contra Filé com Batata Assada
OPÇÃO	Frango Assado com Gergelim	Panqueca de Frios	Frango Crocante	Pirarucu com Banana à Milanesa	Lagarto Recheado
PRATO - BASE	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto	Arroz Branco Feijão Carioca	Arroz Branco Feijão Preto
GUARNIÇÃO	Caldinho de Feijão	Macarrão ao Alho e Óleo	Batata Palito	Farofa com Calabresa	Purê
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	Suco Natural Uva Itália	Café com Leite / Suco Abacaxi	Suco Natural Morango	Suco Natural Melancia
ACOMPANHAMENTO	Bolo de Leite / Castanha	Croissant Carne /Castanha Caju	Bolo de Macaxeira / Milho	Sanduíche de Carne/Amendoim	Mini Pizza / Granola

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
- 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.

