



CARDÁPIO 4ª SEMANA – NOVEMBRO 2019

	SEGUNDA 25/11/2019	TERÇA 26/11/2019	QUARTA 27/11/2019	QUINTA 28/11/2019	SEXTA 29/11/2019
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com leite / Suco Natural Mamão	Café com leite / Suco Natural Melão	Vitamina de frutas Kiwi	Suco Natural Melancia	Café com leite / Suco Mamão
ACOMPANHAMENTO	Misto	Panqueca de banana	Biscoito Maisena	Pão com ovo	Pão de queijo
PRATO PRINCIPAL	Frango cozido com batata	Bife grelhado	Bife à milanesa	Fricassê de frango	Frango empanado
OPÇÃO	Maminha Assada	Moqueca de peixe	Coxa e sobrecoxa de frango assadas	Peixe grelhado	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	Batata Palha	Batata Palito	Baião de dois	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	Suco Natural Uva	Café com Leite / Suco Natural Banana	Café com leite / Suco Natural Tangerina	Vitamina de frutas Uva
ACOMPANHAMENTO	Folhado de queijo/Castanha de caju	Cuca de banana / Granola	Tapioquinha simples / Cereal	Bolo formigueiro/ Castanha de Caju	Croissant de frango / 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 lanchar a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.

