



CARDÁPIO 4ª SEMANA – AGOSTO 2019

	SEGUNDA 26.08.19	TERÇA 27.08.19	QUARTA 28.08.19	QUINTA 29.08.19	SEXTA 30.08.19
LANCHE DA MANHÃ (Exclusivo Ensino Infantil)					
SUCO / LEITE / FRUTA	Café com Leite / Suco Uva Rubi	Suco Natural Melancia	Suco Natural Kiwi	Suco Natural Mamão	Café com Leite / Suco Abacaxi
ACOMPANHAMENTO	Pão com Queijo	Mini Folheado Travesseirinho	Enroladinho de Frios	Pão de Queijo	Bolinho de Laranja
ALMOÇO (Para todos os alunos)					
PRATO PRINCIPAL	Bife à Pizzaiolo	Peixe à Portuguesa	Alcatra Assada ao Molho de Tomate	Contra Filé Acebolado	Feijoada
OPÇÃO	Cubos de Frango com Brócolis	Maminha Assada	Lasanha à Bolognesa	Sobrecoxa ao Molho de Maracujá	Picanha com Batata Assada
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	Farofa de Banana	Purê	Macarrão à Bolognesa	Couve Refogada / Farofa
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 Melão	Café com Leite / Suco Morango	Suco Natural Tangerina	Suco Natural Uva Itália
ACOMPANHAMENTO	Croissant de Carne / Granola	Cupcake de Pizza/ Castanha	Bolo de Chocolate/ Amendoim	Esfiha Aberta / Castanha Caju	Pão de Queijo / 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 lanchar a opção principal.
- Cardápio sujeito a alterações.





SÉCULO
CENTRO EDUCACIONAL

Google
for Education

Escolas de
Referência



Av. Coronel Teixeira, 4371, Ponta Negra, 69037-000, Manaus - Amazonas
Contatos: +55 (92) 3211.0154 / (92) 99285.5557 / (92) 99285.5656

