

CARDÁPIO DE JULHO- ESCOLA E.I. ALGODÃO DOCE

Hora/Refeição	07h30min Café da manhã	09h30 Lanche da manhã	11h30min Almoço	14h30min Lanche da tarde	17hs Janta
Seg 10/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/Lentilha/Carne com molho/Massa+salada de alface	Suco + torta de legumes	Carreteiro/lentilha + salada de couve
Ter 11/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/ frango desfiado c/ molho/milho cozido+salada de cenoura cozida	Chá+ Bolo de laranja	Sopa de legumes com frango e massinha
Qua 12/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/Bolinho de carne/purê de batata/Salada de tomate	Achocolatado+Pão de queijo	Arroz/feijão/moranga refogada com guisado/salada de brócolis
Qui 13/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/panqueca verde com guisado + salada de couve-flor	Bisnaguinha com doce de leite + suco	Risoto de frango/feijão+ salada de alface
Sex 14/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/polenta mole com frango/salada de beterraba ralada	Lanche coletivo	Sopa de letrinhas c/frango

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Aproximadamente 1300 kcal