

CARDÁPIO DE SETEMBRO - ESCOLA E.I. ALGODÃO DOCE

Hora/Refeição	07h30min Café da manhã	09h30 Lanche da manhã	11h30min Almoço	14h30min Lanche da tarde	17hs Janta
Seg 04/09	Café com *leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/Lentilha/ Frango c/ molho/salada de brócolis	Chá+ Bolo de cenoura	Arroz/Lentilha/ omelete de legumes + salada de alface
Ter 05/09	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/Feijão/ torta de batata com recheio de guisado/salada de alface	Canudinhos de carne+ Suco	Sopa de legumes com frango
Qua 06/09	Café com *leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/Lentilha/ almôndegas com molho + moranga refogada + salada de repolho	Dia da fruta	Polenta mole + molho de guisado/lentilha+ salada de beterraba
Qui 07/09	FERIADO				
Sex 08/09	Café com *leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz com frango/Feijão/coque refogada + salada de cenoura	Lanche coletivo	Sopa de feijão c/ massinha

CARDAPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

*será o leite de soja para quem tiver alergia a proteína do leite

**pão sem leite

Aproximadamente 1300kcal por dia.