

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 25/09	Café com *leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/Lentilha/guisado com batata+salada de repolho	Chá+ Bolo de maçã	Carreteiro/lentilha / salada de cenoura
Ter 26/09	Café com* leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijao/frango com molho de tomate+batata cozida+salada de alface	suco+ pão com geleia	Sopa de legumes com frango e arroz
Qua 27/09	Café com *leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz com galinha/lentilha/moranga refogada/salada de brócolis	Dia da fruta	Massa com frango/lentilha+salada de couve-flor
Qui 28/09	Café com *leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/guisado refogado com ovos +salada de beterraba	Bolo de cenoura + chá	Polenta com molho de guisado/feijao+salada de alface
Sex 29/09	Café com *leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/frango com molho/couve refogada +salada de tomate	Lanche coletivo	Canja de galinha

- Leite de soja para alunos que tiverem alergia a proteína do leite

CARDAPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Aproximadamente 1300 kcal por dia