

CARDÁPIO DE AGOSTO - ESCOLA E.I. ALGODÃO DOCE

Hora/Refeição	07h30min Café da manhã	09h30 Lanche da manhã	11h30min Almoço	14h30min Lanche da tarde	17hs Janta
Seg 14/08	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/ hamburguer de guisado/purê de batata+salada de alface	Suco+ Sanduiches	Macarrão a bolonhesa/feijão/ salada de cenoura
Ter 15/08	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/lentilha/frango c/ molho/moranga refogada com milho/salada de couve-flor	Achocolata do+ Bolo de lanraja	Canja de galinha
Qua 16/08	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Carreteiro/Feijão/ couve refogada/salada de tomate	Dia da fruta	Massa com sardinha+salada de alface
Qui 17/08	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Risoto de frango/Feijão/ brócolis a dorê/salada de beterraba	Chá + bolo integral de maçã	Sopa de letrinhas com carne e legumes
Sex 18/08	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/ guisadinho de carne com batata/salada de repolho	Lanche coletivo	Polenta recheada com guisado+salada de alface

CARDAPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Aproximadamente 1300kcal por dia.