

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 11/09	Café com *leite + pão com acompanham entos	Fruta	Arroz/lentilha/fra ngo assado/batata cozida com tempero verde+salada de repolho roxo	Suco+ pão com geléia de fruta	Macarrão com frango/lentilha/ salada de couve-flor
Ter 12/09	Café com *leite + pão com acompanham entos	Fruta	Arroz/feijao/ guisado/moranga refogada/salada de alface	Cha de erva-doce+ Bolo de laranja	Polenta com carne+ salada de tomate
Qua 13/09	Café com* leite + pão com acompanham entos	Fruta	Carreteiro/lentilh a/ couve refogada/salada de beterraba	Dia da fruta	Massa com sardinha/lentilh a+salada de alface
Qui 14/09	Café com *leite + pão com acompanham entos	Fruta	Risoto de frango/Feijão/ bolinho de espinafre/salada de couve-flor	Chá + bolo integral de maçã	Sopa de letrinhas com carne e legumes
Sex 15/09	Café com *leite + pão com acompanham entos	Fruta	Arroz/feijão/ guisadinho de carne com batata/salada de brócolis	Lanche coletivo	Polenta com molho de tomate/ovos cozidos+salada de alface

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

CARDAPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Aproximadamente 1300kcal por dia.