

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 24/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/Feijão/guisado com batata+ salada de repolho	Chá+ Bolo de maçã com canela	Carreteiro/feijão/ salada de cenoura
Ter 25/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/lentilha/ escondidinho de aipim com frango/salada de tomate	suco+ torradas com queijo	Sopa de legumes com frango e arroz
Qua 26/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz com galinha/Feijão/milho cozido/salada de repolho roxo	Torta de bolacha+suco	Massa com frango/feijão+salada de couve-flor
Qui 27/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/cubos de carne c/ molho/ batata cozida/salada de brócolis	Canudinhos com guisado + chá	Polenta com molho de guisado/feijão+ salada de alface
Sex 28/07	Café com leite + pão com acompanhamentos	Fruta	Arroz/feijão/frango assado/couve refogada com farofa+salada de tomate	Lanche coletivo	Canja de galinha

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Aproximadamente 1300 kcal por dia