

CARDÁPIO - ABRIL 2019



Esta pirâmide mostra os alimentos que devem ser usados para manter a saúde das pessoas. Os alimentos que devem ser consumidos em maior quantidade estão na base da pirâmide. Os que devem ser ingeridos em menor quantidade estão no topo.

Texto: Gramática Reflexiva – Willian Roberto Cereja – 8º Ano

1ª e 3ª SEMANA

| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
|--------------------------------|--------------------------|----------------------------|-----------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| Regulador | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| Construtor / Energético | Pão doce | Torta de frango | Quibe assado | Bolo de cenoura | Bolo de pão de queijo |
| | Pão francês com manteiga | Pão de batata com manteiga | Pão de hot-dog com manteiga | Pão de hambúrguer com manteiga | Torradas com manteiga |
| Bebida | Suco | Suco | Suco | Leite com achocolatado | Suco |

2ª e 4ª SEMANA

| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| Regulador | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| Construtor / Energético | Pão com queijo (quente) | Gelatina | Hambúrguer caseiro | Bolo de fubá | Pão francês com molho à bolonhesa |
| | Pão de caseirinho com manteiga | Pão de hambúrguer com manteiga | Pão francês com manteiga | Pão de mandi com manteiga | Torrada com mel |
| Bebida | Suco | Suco | Suco | Leite com achocolatado | Suco |

Obs: - Serão servidos todos os dias, como segunda opção pão com margarina.

- Poderão existir alterações decorrentes do pedido de compra ou pela falta de entrega do fornecedor.