



CARDÁPIO - NOVEMBRO 2015

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	Pão Caseirinho com Requeijão	Bolo de Chocolate	Pão Francês com Ovos Mexidos	Pão de Forma com Mussarela	Bisnaguinha c/ Geleia de Uva
Energético					
Bebida	Suco de Goiaba	Suco de Limão	Suco de Acerola	Suco de Uva	Leite com Achocolatado

2ª e 4ª SEMANA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Regulador	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Construtor	Cachorro-Quente	Bolacha Água e Sal/Coco	Pão de Forma com Requeijão	Pão Francês com Margarina	Pipoca
Energético					
Bebida	Suco de Caju	Suco de Maracujá	Suco de Morango	Leite com Achocolatado	Suco de Abacaxi

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.