

# CARDÁPIO - JUNHO 2016



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
<b>Regulador</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Construtor / Energético</b>	Pão de forma com mussarela	Pão francês com ovos mexidos	Pipoca – Bolo de Laranja	Pão bisnaguinha com patê de atum/frango	Bolacha água e sal/bolacha Maizena
	Pão caseirinho com manteiga	Pão hot-dog com manteiga	Pão de forma com manteiga	Pão bisnaguinha com manteiga	Pão hot-dog com manteiga
<b>Bebida</b>	Suco	Suco	Suco	Suco	Leite com achocolatado

## 2ª e 4ª SEMANA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Regulador</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Construtor / Energético</b>	Mini hambúrguer	Bolo de chocolate	Pão francês com manteiga	Gelatina de cereja-framboesa	Pão de forma com requeijão
	Pão de forma com manteiga	Pão bisnaguinha com manteiga	Torrada	Pão caseirinho com manteiga	Pão hot-dog com manteiga
<b>Bebida</b>	Suco	Suco	Leite com achocolatado	Suco	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.