

## CARDÁPIO - NOVEMBRO 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 hambúrguer com requeijão	Torta de legumes	Pão Bisnaguinha com queijo	Pão Caseirinho com patê de frango	Pão francês 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>	Bolo de laranja	Mini-pizza	Bolacha Água e Sal/ Coco	Pão francês com molho bolonhesa	Pipoca
	Pão Bisnaguinha com manteiga	Pão de hambúrguer com manteiga	Pão hot-dog com manteiga	Pão de forma com manteiga	Pão com ovos mexidos
<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.

## CARDÁPIO - NOVEMBRO 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 hambúrguer com requeijão	Torta de legumes	Pão Bisnaguinha com queijo	Pão Caseirinho com patê de frango	Pão francês 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>	Bolo de laranja	Mini-pizza	Bolacha Água e Sal/ Coco	Pão francês com molho bolonhesa	Pipoca
	Pão Bisnaguinha com manteiga	Pão de hambúrguer com manteiga	Pão hot-dog com manteiga	Pão de forma com manteiga	Pão com ovos mexidos
<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.