



CARDÁPIO - OUTUBRO 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	Bolacha Água Sal/Rosquinha	Pipoca	Gelatina Morango/Uva	Pão Francês c/ Molho Bolonhesa	Bisnaguinha c/ Requeijão
Energético					
Bebida	Suco de Acerola	Suco de Morango	Leite c/ achocolatado	Suco de Limão	Suco de Maracujá

2ª e 4ª SEMANA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Regulador	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Construtor	Bolo de Abacaxi	Arroz Doce	Pão Francês c/ Margarina	Pão de Forma c/ Requeijão	Mini Pizza
Energético					
Bebida	Suco de Uva	Suco de Acerola	Suco de Caju	Suco de Maracujá	Suco de Morango

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.