

# CARDÁPIO - MAIO 2018



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 com ovo               | Torta de frango          | Cuca alemã doce de leite       | Bolo caseiro                   | Gelatina    |
|                                | Pão de mandi com manteiga | Pão francês com manteiga | Pão de caseirinho com manteiga | Pão de hambúrguer com manteiga | Torradas    |
| <b>Bebida</b>                  | Suco                      | Suco                     | Leite com café                 | Chá mate                       | Suco        |

## 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> | Pipoca<br>Ovo (Ed. Infantil)   | Hambúrguer caseiro         | Pão doce                 | Cookies                     | Bolacha                |
|                                | Pão de hambúrguer com manteiga | Pão de batata com manteiga | Pão francês com manteiga | Pão de hot-dog com manteiga | Torradas               |
| <b>Bebida</b>                  | Suco                           | Suco                       | Suco                     | Suco                        | Leite com achocolatado |

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

- O lanche pode ser substituído sem aviso prévio, caso não sejam encontrados nas redes de distribuição da cidade ou ainda se forem encontradas em condições ruins para o consumo.