

CARDÁPIO - JULHO 2019



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 / Energético	Pão com ovo	Arroz doce	Sanduíche natural de frango	Torta de carne	Bolo de milho
	Pão de hot-dog com manteiga	Pão francês integral com manteiga	Pão de hambúrguer com manteiga	Pão francês com manteiga	Torradas com mel
Bebida	Suco	Suco	Suco	Suco	Leite com achocolatado

2ª e 4ª SEMANA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Regulador	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Construtor / Energético	Pipoca	Bolo de chocolate	Pão de forno de carne	Cookies	Hambúrguer caseiro
	Pão de caseirinho com manteiga	Pão de mandi com manteiga	Pão francês com manteiga	Pão de minuto	Torradas com manteiga
Bebida	Suco	Leite com achocolatado	Suco	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.