

CARDÁPIO - JUNHO 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	Pizza de pão	Bolacha	Quibe assado	Torta de frango	Bolo de laranja
	Bisnaguinha com manteiga	Pão mandi com manteiga	Pão de forma com manteiga	Pão de hambúrguer com manteiga	Torrada 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	Bolo mesclado	Pão de forno de frango	Bolo de pão de queijo	Milho cozido Curau (pequenos)	Pão com queijo (quente)
	Pão de forma integral com manteiga	Pão de hambúrguer com manteiga	Pão francês com manteiga	Pão de batata com manteiga	Torradas com manteiga
Bebida	Leite com achocolatado	Suco	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.