

# CARDÁPIO - OUTUBRO 2017



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 de hambúrguer c/ patê de atum | Torta frango c/ legumes/Pão francês com ovos mexidos | Arroz doce               | Pão Caseirinho com queijo   | Pão francês com manteiga |
|                         | Caseirinho com manteiga           | Pão de hot-dog com manteiga                          | Pão francês com manteiga | Pão hambúrguer com manteiga | Torrada                  |
| 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 | Mini pizza                   | Pão francês com molho bolonhesa | Bolo de chocolate/laranja | Bolacha Maisena e Rosquinha | Pipoca + Ovo Cozido      |
|                         | Pão Bisnaguinha com manteiga | Pão de hambúrguer com manteiga  | Torrada                   | Pão de forma com manteiga   | Pão francês com manteiga |
| Bebida                  | Suco                         | Suco                            | Suco                      | Leite com achocolatado      | 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.