

# CARDÁPIO - MARÇO 2016



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>	Mini Pizza	Bolacha Água e Sal/Bolacha de Coco	Bolo de coco / Bolo de laranja	Pão francês com manteiga	Pipoca / Ovo cozido
	Pão bisnaguinha com manteiga	Pão hot-dog com manteiga	Pão caseirinho com manteiga	Torrada	Pão de forma com manteiga
<b>Bebida</b>	Suco	Suco	Suco	Leite com achocolatado	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>	Pão Caseirinho com requeijão	Gelatina de Uva/ Gelatina de Limão	Pão de hot-dog com geleia de morango	Pão de Forma com mussarela	Pão Caseirinho com patê de frango
	Pão de forma com manteiga	Pão bisnaguinha com manteiga	Pão caseirinho com manteiga	Pão bisnaguinha com manteiga	Pão hot-dog com manteiga
<b>Bebida</b>	Suco	Suco	Leite com achocolatado	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.