

CARDÁPIO - OUTUBRO 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 |
|--------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|--------------------------|------------------------------|----------------------------|
| Regulador | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| Construtor / Energético | Bolacha de coco | Pão bisnaguinha c/ ovos mexidos | Pão caseirinho c/ queijo | Bolacha água e sal/ maizena | Pão de hambúrguer manteiga |
| | Pão caseirinho com manteiga | Pão hot-dog com manteiga | Pão de forma c/ manteiga | Pão bisnaguinha 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 | Pão de forma com patê de atum | Gelatina de morango / uva | Pão francês com manteiga | Mini hambúrguer | Pão hot-dog Com requeijão |
| | Pão hot-dog com manteiga | Pão caseirinho com manteiga | Torrada | Pão de forma com manteiga | Pão Bisnaguinha 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.

CARDÁPIO - OUTUBRO 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 |
|--------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|--------------------------|------------------------------|----------------------------|
| Regulador | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| Construtor / Energético | Bolacha de coco | Pão bisnaguinha c/ ovos mexidos | Pão caseirinho c/ queijo | Bolacha água e sal/ maizena | Pão de hambúrguer manteiga |
| | Pão caseirinho com manteiga | Pão hot-dog com manteiga | Pão de forma c/ manteiga | Pão bisnaguinha 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 | Pão de forma com patê de atum | Gelatina de morango / uva | Pão francês com manteiga | Mini hambúrguer | Pão hot-dog Com requeijão |
| | Pão hot-dog com manteiga | Pão caseirinho com manteiga | Torrada | Pão de forma com manteiga | Pão Bisnaguinha 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.