

| JUNHO | | | | | | | |
|-------|---------|--|---|----------------------------|--------------|-------|----------------------------|
| Data | Dia | Receita | Fruta | Quant. | Bebida | Quant | Aluno |
| 03/06 | Segunda | Salada ou macarrão de arroz com molho (pesto, legumes ou tomate) | Amarelas (Manga ou pêssago) | 3kg | Chá | 2L | Caue |
| 04/06 | Terça | Pão de beijo | Branca (Banana, melão) | 3kg | Água de coco | 4L | Cecilia |
| 05/06 | Quarta | Panqueca de aveia | Vermelha (Goiaba, melancia) | 3kg | Chá | 2L | Dante |
| 06/06 | Quinta | Pamonha sem queijo (9 sal e 6 doce) ou polenta | Cítricas (laranja) | 3kg | Água de coco | 4L | Dimitri |
| 07/06 | Sexta | Açaí (3 litros) e tapioca com azeite | Frutas secas, castanhas ou fruta da estação | 1-2kg secas 3kg estação | Chá | 2L | Durga |
| 10/06 | Segunda | Arroz integral/7 grãos (sem trigo/cevada) | Amarelas (maracujá, mamão) | 3kg | Chá | 2L | Gael |
| 11/06 | Terça | Torta de mandioca ou bolinho de mandioca (sem farinha de trigo) | Branca (caju, maçã, pera) | 3kg | Água de coco | 4L | Helena |
| 12/06 | Quarta | Pamonha sem queijo (9 sal e 6 doce) ou polenta | Vermelha (ameixa, uva) | 2,5kg ou 4 caixas (uva) | Chá | 2L | Kyara |
| 13/06 | Quinta | Milho cozido e ovo cozido | Cítricas (acerola, mexerica) | 3kg | Água de coco | 4L | Laura Bastos |
| 14/06 | Sexta | Batatas assadas (1 travessa de batata inglesa, 1 travessa de cará/batata doce/inhame) | Frutas secas, castanhas ou fruta da estação | 1-2kg secas 3kg estação | Chá | 2L | Laura de Souza |
| 17/06 | Segunda | Panqueca de aveia salgada com legumes (brócolis e couve-flor) cozidos al dente e cenoura e tomate cereja, crus | Amarelas (Manga ou pêssago) | 3kg | Água de coco | 4L | Lucas |
| 18/06 | Terça | Tapioca com azeite e ovo cozido | Branca (Banana, melão) | 3kg | Chá | 2L | Luciano |
| 19/06 | Quarta | Sanduíche de pão sem farinha de trigo com pastas (guacamole ou homus ou tahine) e salada | Vermelha (ameixa, uva) | 2,5kg ou 4 caixas (uva) | Água de coco | 4L | Luisa Costa |
| 20/06 | Quinta | FERIADO CORPUS CHRISTI | | | | | |
| 21/06 | Sexta | RECESSO | | | | | |
| 24/06 | Segunda | Salada ou macarrão de arroz com molho (pesto, legumes ou tomate) | Amarelas (Manga ou pêssago) | 3kg | Água de coco | 4L | Luiza Estrela |
| 25/06 | Terça | Pão de beijo | Branca (Banana, melão) | 3kg | Chá | 2L | Maria Fernanda |
| 26/06 | Quarta | Panqueca de aveia | Vermelha (Goiaba, melancia) | 3kg | Água de coco | 4L | Mariana |
| 27/06 | Quinta | Pamonha sem queijo (9 sal e 6 doce) ou polenta | Cítricas (laranja) | 3kg | Chá | 2L | Max |
| 28/06 | Sexta | ANIVERSARIANTES DO MÊS | | | | | Caue, Laura Bastos, Olivia |

• **Restrições Alimentares: Abacaxi, mel, proteína do leite, leite e derivados, trigo, castanha de caju**

- O lanche é composto por: SALGADO, FRUTA, ÁGUA DE COCO E/OU CHÁ em quantidade suficiente para 24 crianças e a Professora.
- Procurar trazer lanches de sal e evitar trazer lanches doces. O lanche deve estar pronto para servir **às 9h20**.
- As frutas bem lavadas e, quando for o caso, cortadas; o lanche bem conservado e, sempre que possível, organizado para estar pronto para a professora servir.
- **LANCHE RESERVA:** 1 kg de frutas secas e/ou castanhas (s/ cast. caju), 3 litros de suco de garrafa, 1kg de granola (s/ mel e s/ cast. caju), 3 pacotes de peta (sem leite), 1 caixa de chá.
- A família que por ventura esquecer o lanche, deverá repor o lanche reserva integralmente no dia seguinte.
- Dar preferência para frutas, verduras, ovos e farinhas orgânicas; selecionar as frutas da época, comprando com alguma antecedência, para dar tempo de amadurecerem.
- Em caso de impossibilidade ou viagem, trocar antecipadamente o dia com um colega.