

CARDÁPIO GERAL

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Leite c/ chocolate meio amargo Biscoito salgado c/ requeijão  Kiwi	Suco de polpa de caju Pão de sal c/ ovo mexido Manga 	Suco de manga c/ laranja Bisnaguinha c/ patê de frango  Melão	Vitamina de goiaba Bolo de goma (c/ polvilho doce)  Banana c/ aveia	Suco de laranja c/ beterraba Bolo de chocolate  Mamão
2ª 12:00	Arroz integral Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assada Couve refogada Salada de alface, pepino e tomate cereja	Arroz branco Feijão preto c/ beterraba Isca de carne acebolada Abobrinha refogada Alface roxa e tomate picadinhos	Arroz integral Feijão carioca Peixe empanado assado Purê de abóbora Brócolis refogado	Arroz c/ espinafre Feijão preto Carne assada c/ batata Farofa nutritiva de cenoura	Yakissoba de frango c/ legumes (repolho roxo, acelga, cenoura e brócolis)
Sobremesa	 (mexerica)	Gelatina natural de uva c/ iogurte	 (goiaba)	 (Abacaxi)	 Maçã

Observação: Este cardápio poderá ser modificado devido alterações intestinais da criança ou da necessidade da escola. Caso haja alguma alteração será informada na agenda da criança.

Nutricionista Nathália Nagib
CRN1 8327

OBSERVAÇÕES:

Lis: A fruta será oferecida as 11hs e o leite integral será substituído pelo leite zero lactose.

Júlia: Substituir leite por suco de fruta.

Francisco: substituir o peixe por carne, frango ou ovo mexido.

Beatriz: Substituir leite comum por leite zero lactose, requeijão e queijo por manteiga, peixe por ovo mexido.

CARDÁPIO **LUCAS**

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Leite c/ chocolate meio amargo Biscoito integral c/ requeijão  Kiwi	Suco de polpa de caju Pão integral c/ ovo mexido Manga 	Suco de manga c/ laranja Bisnaguinha integral c/ patê de frango  Melão	Vitamina de goiaba Bolo de goma (c/ polvilho doce)  Banana c/ aveia	Suco de laranja c/ beterraba Bolo de chocolate  Mamão
2ª 12:00	Arroz integral Feijão carioca Coxa e sobrecosta assada Couve refogada Salada de alface, pepino e tomate cereja	Arroz integral Feijão preto c/ beterraba Isca de carne acebolada Abobrinha refogada Alface roxa e tomate picadinhos	Arroz integral Feijão carioca Peixe empanado assado Purê de abóbora Brócolis refogado	Arroz c/ espinafre Feijão preto Peito de frango grelhado Farofa nutritiva de cenoura	Yakisoba de frango c/ legumes (repolho roxo, acelga, cenoura e brócolis)
Sobremesa	 (mexerica)	Gelatina natural de uva c/ iogurte	 (goiaba)	 (Abacaxi)	 Maçã

Observação: Este cardápio poderá ser modificado devido alterações intestinais da criança ou da necessidade da escola. Caso haja alguma alteração será informada na agenda da criança.

Nutricionista Nathália Nagib
CRN1 8327

OBSERVAÇÃO: Os sucos de frutas e vitaminas serão oferecidos com adoçante.
O aluno poderá repetir uma vez as carnes brancas, já a carne vermelha não haverá repetição.