

CARDÁPIO GERAL

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 8:45	Suco de uva Mini pão de sal c/ requeijão Laranja 	Suco de manga Bolo de abobrinha c/ gotas de chocolate meio amargo Banana c/ aveia 	Suco de melancia Sanduíche natural c/ patê de frango e ricota Maçã 	Suco de caju Panquequinha de banana Mamão 	Vitamina de abacate Pão de queijo falso de batata doce Manga 
2ª 11:45	Arroz branco Feijão preto Carne assada de panela c/ batatas Abobrinha e cenoura cozidas	Arroz integral Feijão carioca Frango ao creme de milho Repolho refogada Farofa nutritiva de beterraba	Arroz integral Feijão preto Carne xadrez Alface crespa picadinha e tomate	Arroz c/ brócolis Feijão carioca Filé de peixe assado Abóbora cozida em cubinhos	Arroz c/ couve Feijão preto Rocambolo de carne moída Alface roxa, pepino e tomate cereja
Sobremesa	 (kiwi)	 (melancia)	Frozen de manga	 (mexerica)	 (abacaxi)

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.

CARDÁPIO LUCAS

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 8:45	Suco de uva Pão integral c/ requeijão Laranja 	Suco de manga Bolo de abobrinha c/ gotas de chocolate meio amargo Banana c/ aveia 	Suco de melancia Sanduíche natural c/ patê de frango e ricota Maçã 	Suco de caju Panquequinha de banana c/ farinha de aveia Mamão 	Vitamina de abacate Pão de queijo falso de batata doce Manga 
2ª 11:45	Arroz integral Feijão preto Carne assada de panela c/ batatas Abobrinha e cenoura cozidas	Arroz integral Feijão carioca Frango ao creme de milho Couve refogada Farofa nutritiva de beterraba	Arroz integral Feijão preto Filé de peixe grelhado Alface crespa picadinha e tomate	Arroz c/ brócolis Feijão carioca Filé de peixe assado Abóbora cozida em cubinhos	Arroz c/ couve Feijão preto Peito de frango grelhado Alface roxa, pepino e tomate cereja
Sobremesa	 (kiwi)	 (melancia)	Frozen de manga	 (mexerica)	 (abacaxi)

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