

CARDÁPIO – G1 A G5 – de 01/07 A 05/07/24

DIA/ REFEIÇÃO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
01	Suco de laranja Frutas: Banana e Melão	Arroz Lentilha Omelete do Hulk Salada de Beterraba	Batida de Banana Fruta: Maçã Bolacha integral	Arroz Lentilha Porco Assado Farofa de Cenoura Salada de Brócolis
02	Suco de laranja Frutas: Banana e Abacaxi	Arroz Feijão Preto Isclas de Fígado Assada Mix de Repolho	Suco de Limonada Suíça Frutas: Manga Bolo Mesclado	Macarrão Feijão Preto Molho a bolonhesa Alface + Tomate
03	Suco de laranja Frutas: Banana e Maçã	Arroz Feijão Popeye Strogonoff de Carne Batata Sauté Salada de Couve-Flor	Suco de laranja Frutas: Mamão Mix de frutas com Aveia	Arroz Feijão Popeye Isclas de Frango Assada Moranga Refogada Salada de Brócolis
04	Suco de laranja Frutas: Banana e Mamão	Arroz Feijão Carioca Carne de Panela Batata Doce Salada Chuchu	Suco de Abacaxi Fruta: Bergamota Pizza de Frango	Arroz Feijão Carioca Omelete de Legumes Salada de Pepino
05	Suco de laranja Frutas: Banana e Manga	Macarrão Feijão Nutritivo Molho a bolonhesa Mix de Repolho	Suco de laranja c/ manga Fruta: Melão Pão francês integral com Requeijão Caseiro	Carreteiro Tropeiro (Integral) Feijão Nutritivo Couve Refogada Salada de Beterraba

OBSERVAÇÃO:

- Diariamente temos arroz e feijão na escola.
- O suco ofertado na escola é natural, feito na hora, sem açúcar, utilizamos frutas da estação que são mais saborosas e nutritivas.
- A água é ofertada em livre demanda e sempre trocada no decorrer do dia.
- Na saída, as crianças saem com as garrafinhas cheias, a pedido de alguns pais que, por muitas vezes, não vão direto para as suas residências.

Leticia Hauschild – CRN2 – 17182D
Nutricionista

Desde 1995