

CARDÁPIO – G1 A G5 – de 28/10 a 01/11/2024

DIA/ REFEIÇÃO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
28	Suco de laranja Frutas: Banana e melão	Arroz Lentilha Omelete do Hulk Salada de Tomate	Batida de Banana Fruta: Maçã Bolacha integral	Arroz Lentilha Picado Bovino com Legumes Salada de Beterraba
29	Suco de laranja Frutas: Banana e abacaxi	Arroz Feijão Preto Fricassé de Frango Salada de Brócolis	Suco de abacaxi Fruta: Manga Bolo de Cenoura	Macarrão Feijão Preto Molho a bolonhesa Salada de Cenoura
30	Suco de laranja Frutas: Banana e maçã	Arroz Feijão Carioca Isclas Bovina com Moranga Mix de Repolho	Suco de laranja Frutas: Mamão Mix de frutas com Aveia	Arroz Feijão carioca Lasanha de Frango Salada de Tomate
31	Suco de laranja Frutas: Banana e Mamão	Arroz Feijão Popeye Isclas de de Fígado Assado Farofa de Banana Salada de Couve-flor	Suco Limonada Suíça Fruta: Melão Sanduíche de Frango	Arroz Feijão Popeye Omelete de Legumes Salada de Cenoura
01	Suco de laranja Frutas: Banana e Manga	Arroz Feijão Popeye Carne de Panela Polenta Mole Salada de Beterraba	Suco de laranja c/ manga Fruta: Melancia Pão francês com Requeijão Caseiro	Carreteiro Feijão Popeye Aipim Assado Salada Russa

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