

CARDÁPIO – G1 A G5 – de 04/11 A 08/11/24

DIA/ REFEIÇÃO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
04	Suco de laranja Frutas: Banana e Melão	Arroz Lentilha Omelete do Hulk Salada de Beterraba	Batida de Banana Fruta: Maçã Bolacha integral	Risoto de Frango Lentilha Farofa de Cenoura Salada de Brócolis
05	Suco de laranja Frutas: Banana e Abacaxi	Arroz Feijão Preto Isclas de Fígado Assada Mix de Repolho	Suco de Laranja c/ Melão Frutas: Manga Bolo Mesclado	Macarrão Feijão Preto Molho a bolonhesa salada de Tomate
06	Suco de laranja Frutas: Banana e Maçã	Arroz Feijão Popeye Isclas Bovina com Legumes Salada de Couve-Flor	Suco de laranja Frutas: Mamão Salada de Fruta	Arroz Feijão Popeye Kibe de Forno Moranga Refogada Salada de Brócolis
07	Suco de laranja Frutas: Banana e Mamão	Arroz Feijão Carioca Picado Bovino com Molho Purê de Batata Salada Russa	Suco de Abacaxi Fruta: Melância Pão de Queijo da Recanto	Arroz Feijão Carioca Omelete de Legumes Mix de Repolho
08	Suco de laranja Frutas: Banana e Manga	Macarrão Feijão Nutritivo Molho a bolonhesa Salada de Brócolis	Suco Laranja c/ Maçã Fruta: Melão Pão francês c/ Requeijão Caseiro	Carreteiro Tropeiro Feijão Nutritivo Farofa de Banana 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