

### CARDAPIO G1 á G5 - De 13 a 17.01.2025

DIA/ REFEIÇÃO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
13	Suco de laranja Frutas: Banana e Melão	Arroz Lentilha Omelete do Hulk Salada de Cenoura	Batida de banana Fruta: Maçã Bolacha integral	Arroz Lentilha Isclas de carne bovina Salada de Tomate
14	Suco de laranja Frutas: Banana e Abacaxi	Arroz Feijão Popeye Escondidinho de carne Salada Russa	Suco Laranja Fruta: Manga Bolo de Frutas	Arroz Feijão Popeye Risoto frango Salada de Brócolis
15	Suco de laranja Frutas: Banana e maçã	Arroz Feijão Carioca Carne de panela c/ moranga Salada de Cenoura	Suco Laranja Frutas: Melão Mix de Frutas com Aveia	Macarrão Feijão Carioca Molho a bolonhesa Mix de Repolho
16	Suco de laranja Frutas: Banana e Mamão	Arroz Feijão Preto Fricassê frango Salada de Tomate	Suco de Abacaxi Fruta: Melancia Sanduiche vegano	Arroz Feijão Preto Omelete de Legumes Salada Couve-Flor
17	Suco de laranja Frutas: Banana e Manga	Macarrão Feijão Nutritivo Molho a bolonhesa Salada de Cenoura	Suco Laranja c/ Maçã Fruta: Melão Pão francês integral com Requeijão Caseiro	Arroz Feijão Nutritivo Frango ao molho 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.

Desde 1995