

CARDÁPIO 1º ao 5º ano

(Cardápio sujeito a alteração)



2ª feira 29/04

colação: suco de laranja, frutas variadas, crepioca

almoço: arroz branco, feijão preto, escondidinho de aipim com carne moída (opção para o integral: carne moída refogada e aipim cozido)

salada: alface crespa, tomate e cebola roxa

sobremesa: melão

lanche: leite com cacau 100%, frutas variadas, mini pão careca com manteiga

3ª feira 30/04

colação: suco de acerola, frutas variadas, mini brioche com queijo minas

almoço: arroz branco, feijão carioca, filé de frango empanado

salada: cevadinha com cenoura ralada

sobremesa: abacaxi grelhado

lanche: mate, frutas variadas, pão de queijo artesanal

4ª feira 01/05

FERIADO

5ª feira 02/05

colação: suco de uva, frutas variadas, mini pão francês com ovos mexidos

almoço: arroz branco, feijão vermelho, filé de peixe grelhado ao molho* tártaro (*molho à parte)

salada: jardineira de legumes

sobremesa: salada de frutas com rapadura

lanche: limonada, frutas variadas, pizza artesanal

6ª feira 03/05

colação: suco de maracujá, frutas variadas, biscoitinho artesanal de queijo

almoço: arroz branco, feijão preto, ensopadinho de carne com legumes

salada: mix verde

sobremesa: frutas da época variadas

lanche: leite batido com morango congelado, frutas variadas, bolo mesclado

ELIANA DO N. PEREIRA

NUTRICIONISTA CRN 9 6100440-1