



**CARDÁPIO SEMANAL**

	<b>2ª feira</b>	<b>3ª feira</b>	<b>4ª feira</b>	<b>5ª feira</b>	<b>6ª feira</b>
--	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------

Recesso Escolar

**LANCHE DA MANHÃ**

<b>Lanche</b>	Pão sovado com manteiga ou creme de ricota	Pão francês com queijo muçarela, manteiga ou requeijão	Pão português com manteiga ou requeijão	Cereal matinal, bolo caseiro de milho e biscoito salgado	
<b>Bebida</b>	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	
<b>Fruta</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	

**ALMOÇO**

<b>Salada</b>	Alface, tomate e cenoura ralada	Alface, tomate e beterraba ralada	Alface, tomate e pepino fatiado	Alface, tomate e repolho fatiado	
<b>Legumes</b>	Abobrinha de forno temperada no azeite	Batata corada	Farofa temperada com cenoura ralada e ovos cozidos	Brócolis refogado no azeite	
<b>Fixo</b>	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca	Arroz, feijão carioca e feijão preto	Arroz e feijão carioca	
<b>Prato principal</b>	Fricassê de frango	Tiras de carne acebolada	Iscas de Frango com legumes	Espaguete ao sugo com almôndegas	
<b>Opção</b>	Omelete	Frango desfiado refogado	Omelete	Frango desfiado refogado	
<b>Bebida</b>	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural	
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Gelatina	

**LANCHE DA TARDE**

<b>Lanche</b>	Pão de leite com manteiga ou requeijão	Bolo caseiro de chocolate	Bisnaguinha com requeijão	Pão de queijo	
<b>Bebida</b>	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	

**OBSERVAÇÃO:** Cardápio sujeito a alterações, de acordo com a disponibilidade dos produtos.

Fabiana Gomez  
Nutricionista  
CRN-3 69610/P