

Cardápio Dinâmico

Ensino Fundamental

SALADAS

Semanas de Agosto: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 01, 15 e 29	Alface / Vagem
3ª feira Dias 02, 16 e 30	Repolho / Ervilha
4ª feira Dias 03, 17 e 31	Milho / Tomate
5ª feira Dias 04 e 18	Alface
6ª feira Dias 05 e 19	Chicória / Cenoura

Semanas de Agosto: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 08 e 22	Alface / Tomate
3ª feira Dias 09 e 23	Milho / Beterraba
4ª feira Dias 10 e 24	Tomate / Brócolis
5ª feira Dias 11 e 25	Alface
6ª feira Dias 12 e 26	Couve-flor / Vagem

PRINCIPAL E ACOMPANHAMENTOS

Semanas de Agosto: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 01, 15 e 29	Omelete nutritivo / Purê de Batata	Suco ou Mate
3ª feira Dias 02, 16 e 30	Frango grelhado / Farofa com ovos	Suco ou Mate
4ª feira Dias 03, 17 e 31	Bife de panela / Batata ensopada	Suco ou Mate
5ª feira Dias 04 e 18	Frango à milanesa / Souflê de legumes	Suco ou Mate
6ª feira Dias 05 e 19	Macarrão ao alho e óleo/ Bolo de carne recheado	Suco ou Mate

Semanas de Agosto: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 08 e 22	Carne moída / Abobrinha refogada	Suco ou Mate
3ª feira Dias 09 e 23	Lentilha / Frango assado / Berinjela crocante	Suco ou Mate
4ª feira Dias 10 e 24	Carne assada / Espaguete ao sugo	Suco ou Mate
5ª feira Dias 11 e 25	Panqueca de frango / Cenoura soute	Suco ou Mate
6ª feira Dias 12 e 26	Hambúrguer caseiro / Bolo de batata	Suco ou Mate

Nutricionista Responsável: *Carla Iespa Garcia*

CRM 08100993

SOBREMESAS

Semanas de Agosto: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 01, 15 e 29	Banana
3ª feira Dias 02, 16 e 30	Gelatina de Fruta
4ª feira Dias 03, 17 e 31	Abacaxi
5ª feira Dias 04 e 18	Maçã
6ª feira Dias 05 e 19	Gelatina de Uva

Semanas de Agosto: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 08 e 22	Maçã
3ª feira Dias 09 e 23	Gelatina framboesa
4ª feira Dias 10 e 24	Banana
5ª feira Dias 11 e 25	Gelatina cereja
6ª feira Dias 12 e 26	Abacaxi

