



# Cardápio

OUTUBRO - SEMANA DE 09 A 11

Ingrid Seiler Prior  
Nutricionista

atrio  
Tudo saudável

tatibitati  
Lanchonete

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ	Suco de caju Pão de fôrma integral com patê de atum	Fatias de melancia Cream cracker com requeijão	Suco de abacaxi Bolo de banana	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
ALMOÇO	Salada de vagem Arroz integral, arroz branco e feijão Mini almôndega Repolho refogado Maçã	Salada de pepino em rodela Arroz e feijão Strogonoff de frango light Batata assada Melão	Couve refogada Arroz Feijoada light Farofa com ovos e aveia Banana caramelada		
LANCHE DA TARDE	Suco de melancia Opcional: melancia com gengibre Queijo quente	Suco de laranja Opcional: laranja com mamão Bolo de banana	Suco de limão Opcional: limão com capim santo Espiga de milho		
JANTAR	Sopa de legumes	Creme de brócolis	Sopa de letrinhas		

\*Contém glúten e lactose