



Cardápio

NOVEMBRO - SEMANA DE 13 A 17

Ingrid Seiler Prior
Nutricionista

atrio
laboratório

latibitati
laboratório

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ	Suco de laranja Cream cracker com cream cheese	Leite com achocolatado Pão francês com queijo branco	FERIADO	Suco de maracujá Bisnaguinha com requeijão	Salada de frutas Bolo de cenoura com calda de chocolate
ALMOÇO	Salada de couve-flor Arroz integral, arroz branco e feijão Isclas de carne aceboladas Batata-doce assada Banana	Salada de acelga Arroz e feijão Frango xadrez (sem molho shoyo) Maçã	-	Beterraba ralada Arroz e feijão Filé de frango grelhado Batata sauté Melão	Salada de rúcula Arroz e feijão Filé de peixe empanado com aveia (assado) Ovos mexidos Mamão ou manga
LANCHE DA TARDE	Suco de laranja Opcional: laranja com acerola Pão de queijo	Suco de abacaxi com hortelã Biscoito de aveia e linhaça	-	Suco de melancia Opcional: melancia com limão Bolo de cenoura	Suco de maracujá Pão de cará com patê verde de ervas
JANTAR	Canja	Creme de mandioquinha	-	Creme de abóbora	Sopa de feijão

*Contém glúten e lactose