



Cardápio

Outubro - SEMANA DE 01 A 05



REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM (ALUNOS DO PERÍODO AMPLIADO)	Suco de caju Cream cracker com patê de frango	Leite com achocolatado Biscoito de maizena	Suco de abacaxi Bolo de laranja	Suco de maracujá Muffin de cenoura	Salada de frutas Pão de queijo
LANCHE DA MANHÃ	Suco de caju Cream cracker com patê de frango	Leite com achocolatado Biscoito de maizena	Suco de abacaxi Bolo de laranja	Suco de maracujá Muffin de cenoura	Salada de frutas Pão de queijo
ALMOÇO	Cenoura ralada Arroz integral e feijão Isca de frango Abobrinha refogada Banana	Tabule Arroz e feijão Quibe assado Creme de milho Laranja/Tangerina	Brócolis ao alho e óleo Arroz e feijão Strogonoff de frango Batata assada Maçã	Alface e tomate Arroz e feijão Picadinho de carne com legumes Palitos de polenta assada Creme de abacate	Arroz e feijão Filé de peixe empanado com aveia Farofa de banana Mamão/Manga
LANCHE DA TARDE	Suco de laranja Opcional: laranja com acerola Espiga de milho	Suco de limão Opcional: limão com capim santo Bolo de laranja	Suco de maracujá Muffin de cenoura	Suco de abacaxi com hortelã Pão de queijo	Fanta caseira Pizza de mussarela no pão de fôrma integral
JANTAR	Sopa de letrinhas	Creme de brócolis	Creme de mandioquinha	Sopa de feijão	Canja

*Contém glúten e lactose