



Cardápio

Novembro - SEMANA DE 21 A 23



REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM (ALUNOS DO PERÍODO AMPLIADO)	FERIADO	FERIADO	Suco de maracujá Bolo de fubá	Suco de abacaxi Banana com aveia e mel	Salada de frutas Pão de cará com manteiga
LANCHE DA MANHÃ	FERIADO	FERIADO	Suco de maracujá Bolo de fubá	Suco de abacaxi Banana com aveia e mel	Salada de frutas Pão de cará com manteiga
ALMOÇO	FERIADO	FERIADO	Espinafre refogado Arroz e feijão Carne moída Macarrão ao sugo Laranja/tangerina	Salada de acelga Arroz e feijão Frango em cubinhos Brócolis cozido “Frozen yogurt” com calda de maracujá	Salada de rabanete Arroz e feijão Filé de peixe empanado com aveia Ovos mexidos Melancia
LANCHE DA TARDE	FERIADO	FERIADO	Suco de limão Opcional: limão com couve Cookie de aveia	Suco de caju Pão de cará com cream cheese	Suco de maracujá Bisnaguinha com requeijão
JANTAR	FERIADO	FERIADO	Creme de abóbora	Caldo verde	Sopa de feijão

*Contém glúten e lactose