



# CARDÁPIO DE JULHO 2017

REFEIÇÃO	02 DE JULHO				03/07/17 Segunda-feira	04/07/17 Terça-feira	05/07/17 Quarta-feira	06/07/17 Quinta-feira	07/07/17 Sexta-feira	10/07/17 Segunda-feira
LANCHE MANHÃ					Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO/ JANTA					Carreteiro de moída/ovinho picado/Feijão/Sal. brócolis e cenoura crua ralada	Arroz/ Lentilha/ Massa c/ frango desfiado/Sal. repolho e couve cozidos.	Arroz/Feijão/Carne de panela /Purê de batata/Sal. Brócolis e repolho roxo cozidos.	Arroz/Feijão/Frango desfiado c/ molho/batata doce/Sal. abobrinha cozida	Arroz/Feijão/Hambúrguer c/ batata/ Sal. Couve-refogada e cenoura cozida.	Carreteiro de moída/ovinho picado/Feijão/Sal. tomate e cenoura crua ralada
MERENDA					Biscoito sortido + Chá	Pão francês c/ requeijão + iogurte	Bolo c/ cobertura de laranja+ suco de frutas	Pãozinho torrado com margarina ao forno + iogurte	<b>DIA DA FRUTA</b>	Pão de queijo + iogurte
REFEIÇÃO	11/07/17 Terça-feira	12/07/17 Quarta-feira	13/07/17 Quinta-feira	14/07/17 Sexta-feira	17/07/17 Segunda-feira	18/07/17 Terça-feira	19/07/17 Quarta-feira	20/07/17 Quinta-feira	21/07/17 Sexta-feira	24/07/17 Segunda-feira
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO/JANTA	Arroz / Polenta cremosa ao molho bolognesa/Sal. vagem e cenoura cozidos	Arroz/Feijão/Frango c/ cenoura coz./Purê de moranga/Sal. couve cozida.	Risoto de legumes com frango desf/feijão/ Sal. Brócolis e cenoura coz.	Massa c/ carne moída e ervilha/ feijão/ Aipim/Sal. brócolis cozido.	Escondidinho de batata e carne moída/Arroz/Feijão Sal. vagem e chuchu cozidos.	Arroz/feijão/ Fricassê de frango/ Batata doce cozida Sal. cenoura e repolho cozidos.	Arroz/Hambúrguer c/ purê de inhame/Lentilha/Sal. Brócolis e vagem refogados.	Arroz/Feijão/Frango em tiras/ Sal. de chuchu e abobrinha cozidos	Arroz/feijão/ Panqueca colorida de carne moída/Sal. Cenoura e couve-flor cozidos.	Arroz/Feijão/Purê de batata c/ carne moída e milho/Sal. beterraba e cenoura cozidas.
MERENDA	Pão caseira + chá de morango	Pão massinha c/ margarina + achocolatado	Bolo de cenoura + chá	<b>DIA DA FRUTA</b>	Bolacha Maria + iogurte	Nega maluca+ chá	Sanduíche c/ margarina e queijo+ achocolatado	Enroladinho assado c/ frango + suco de laranja e cenoura	<b>DIA DA FRUTA</b>	Cereal s/ açúcar + iogurte+ banana picada
REFEIÇÃO	25/07/17 Terça-feira	26/07/17 Quarta-feira	27/07/17 Quinta-feira	28/07/17 Sexta-feira	31/07/17 Segunda-feira	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <h2>20 DE JULHO</h2> <p><i>Dia dos Amigos</i></p> </div> <div style="text-align: center;"> <h2>26 DE JULHO</h2> <p><i>Dia dos Avós</i></p> </div> </div> <p><b>Obs. Cardápio sujeito a modificações, conforme combinação prévia com nutricionista e direção.</b></p> <p><b>OBS. CARDÁPIO ADAPTADO COM ALIMENTOS ESPECÍFICOS PARA ALUNOS COM ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV) E/OU INTOLERÂNCIA ALIMENTAR.</b></p>				
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta					
ALMOÇO/JANTA	Carreteiro de moída/Feijão/Sal. brócolis, cenoura cozidos	Arroz/ Tortinha de legumes e frango/Feijão/ Purê de moranga/ Sal. chuchu cozido.	Arroz /feijão Polenta cremosa ao molho de carne Sal. vagem cozida	Arroz/feijão/ Frango desf./Sufilê de berinjela/ Sal. beterraba e cenoura cozida.	Arroz/Feijão/ Guisadinho de chuchu e batata/Sal. couve e abobrinha cozidos.					
MERENDA	Bolo c/ cobertura de laranja+ chá	Biscoito salgado + iogurte	Pizza de sardinha/Frango + suco de frutas	<b>Lanche da família</b>	Cereal s/ açúcar c/ leite					

Nutricionista Ana Paula Castanho CRN2 13789

Nutricionista Ana Paula Castanho  
CRN2 8516P