



CARDÁPIO DE SETEMBRO 2017

REFEIÇÃO	Independência do Brasil 07 de Setembro				01/09/17 Sexta-feira	04/09/17 Segunda-feira	05/09/17 Terça-feira	06/09/17 Quarta-feira	07/09/17 Quinta-feira	08/09/17 Sexta-feira
LANCHE MANHÃ					Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	F E I J A D O	Fruta
ALMOÇO/ JANTA					Arroz Integral/Lentilha/ Polenta cremosa ao molho de carne moída/ Sal. Beterraba crua e repolho cru	Arroz/Frango assado/Feijão/ Mexidinho de ovo c/ legumes/Sal. cenoura crua	Arroz/Feijão/Isclas de carne ao molho c/ ervilha e milho/Sal. tomate e couve-flor	Arroz/feijão/Macarrão ao molho de sardinha Brócolis cozido e tomate		Lasanha de frango/Feijão/Refogado de repolho e cenoura/Sal. Repolho roxo cru
MERENDA					DIA DA FRUTA	Biscoito água e sal + iogurte	Pão massinha c/ pasta de cenoura + Chá	Bolo de beterraba + Suco de cenoura e laranja		DIA DA FRUTA
REFEIÇÃO	11/09/17 Segunda-feira	12/09/17 Terça-feira	13/09/17 Quarta-feira	14/09/17 Quinta-feira	15/09/17 Sexta-feira	18/09/17 Segunda-feira	19/09/17 Terça-feira	20/09/17 Quarta-feira	21/09/17 Quinta-feira	22/09/16 Sexta-feira
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	F E I J A D O	Fruta	Fruta
ALMOÇO/JANTA	Arroz/Feijão mexido/Carne de panela c/ batata/Sal. brócolis e abobrinha	Risoto de frango/ Feijão carioquinha/Sal. chuchu cozido com agrião e tempero verde	Carreteiro c/ milho e OVINHO picado/Feijão/ Sal. cenoura cru e alface	Arroz/Lentilha/ Filé de peixe assado/Purê de moranga/Sal. tomate cru e repolho roxo..	Massa parafuso/Feijão/Cubos de frango/Sal. brócolis e couve-flor refogados	Escondidinho de frango e ervilha/Lentilha/Batata doce/Sal. espinafre cozido e tomate	Arroz/Polenta à bolonhesa/ Feijão/Sal. alface e cenoura crua		Arroz/Panqueca de frango do Hulk/Feijão/Sal. vagem e tomate	Arroz/Hambúrguer/ Batata assada c/ tempero/Feijão carioquinha/Sal. brócolis e cenoura cozidos
MERENDA	Torradinha manteiga e orégano + chá + frutinha picada	Bolinho de aipim assado + suco de frutas	Bolacha integral + iogurte + fruta	Salada de frutinhas picadas (laranja, maçã e banana) c/ cereal s/ açúcar	DIA DA FRUTA	Sanduíche c/ geléia de frutas + chá	Pizza de SARDINHA c/ farinha integral + suco de fruta		Pão francês c/ manteiga e queijo + iogurte	DIA DA FRUTA
REFEIÇÃO	25/09/17 Segunda-feira	26/09/17 Terça-feira	27/09/16 Quarta-feira	28/09/17 Quinta-feira	29/09/17 Sexta-feira	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>05 de Setembro</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>20 de Setembro</p> </div> </div> <p>OBS. CARDÁPIO ADAPTADO COM ALIMENTOS ESPECÍFICOS PARA ALUNOS COM ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV) E/OU INTOLERÂNCIA ALIMENTAR. Obs. Cardápio sujeito a modificações, conforme combinação prévia com nutricionista e direção.</p>				
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta					
ALMOÇO/JANTA	Arroz/feijão/ Fricassê de frango/ Sal. chuchu e beterraba crua	Arroz/Feijão/ Almondéga c/molho/Refogado de couve e brócolis	Arroz/Feijão/carne de panela desf. c/ apim e ervilha/Sal. beterraba crua e tomate	Carreteiro c/ milho e OVINHO picado/Feijão/ Sal. cenoura cru e alface	Arroz de forno c/ milho e ervilha/Frango em tiras c/ tempero verde/Feijão/ Sal. de couve-flor e tomate					
MERENDA	Sanduíche c/ pasta de beterraba e orégano + suco de fruta	Salada de frutinhas picadas (laranja, maçã e banana) c/ cereal s/ açúcar	Bolo de cenoura c/ cobertura de cacau em pó	Biscoito Maria + iogurte	Lanche da família					