

Cardápio Dinâmico

Ensino Fundamental



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

SALADAS

Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 05/11 e 19/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
3ª feira Dias 06/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
4ª feira Dias 07/11 e 21/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
5ª feira Dias 08/11 e 22/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
6ª feira Dias 09/11 e 23/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate

Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 12/11 e 26/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
3ª feira Dias 13/11 e 27/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
4ª feira Dias 14/11 e 28/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
5ª feira Dias 29/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate
6ª feira Dias 16/11 e 30/11	Mix de folhas / Cenoura / Tomate

PRINCIPAL E ACOMPANHAMENTOS

Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 05/11 e 19/11	Fusilli ao sugo / Carne moída com cenoura
3ª feira Dias 06/11	Panqueca de frango
4ª feira Dias 07/11 e 21/11	Carne assada/ Purê de batata
5ª feira Dias 08/11 e 22/11	Frango assado / Farofa com ovos
6ª feira Dias 09/11 e 23/11	Bife de panela / Milho refogado

Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 12/11 e 26/11	Lasanha à bolonesa / Cenoura refogada
3ª feira Dias 13/11 e 27/11	Frango ensopado / Purê misto
4ª feira Dias 14/11 e 28/11	Estrogonofe de carne / Batata palha
5ª feira Dias 29/11	Arroz maluco / Iscas de frango à milanesa
6ª feira Dias 16/11 e 30/11	Omelete de queijo / Panache de legumes

SOBREMESAS

Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 05/11 e 19/11	Banana
3ª feira Dias 06/11	Doce de leite
4ª feira Dias 07/11 e 21/11	Maçã
5ª feira Dias 08/11 e 22/11	Melão
6ª feira Dias 09/11 e 23/11	Doce de leite

Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 12/11 e 26/11	Laranja
3ª feira Dias 13/11 e 27/11	Gelatina
4ª feira Dias 14/11 e 28/11	Banana
5ª feira Dias 29/11	Doce caseiro
6ª feira Dias 16/11 e 30/11	Abacaxi

Obs.: O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos de mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista..