

Cardápio Dinâmico

Ensino Fundamental



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

SALADAS

Semanas de Janeiro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 14/01 e 28/01	Mix de folhas / Cenoura
3ª feira Dia 15/01 e 29/01	Mix de folhas / Tomate
4ª feira Dias 02/01, 16/01 e 30/01	Mix de folhas / Beterraba
5ª feira Dias 03/01, 17/01 e 31/01	Mix de folhas / Milho
6ª feira Dias 04/01, 18/01 e 01/02	Mix de folhas / Tomate

Semanas de Janeiro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 07/01 e 21/01	Mix de folhas / Cenoura
3ª feira Dias 08/01 e 22/01	Mix de folhas / Tomate
4ª feira Dias 09/01 e 23/01	Mix de folhas / Beterraba
5ª feira Dias 10/01 e 24/01	Mix de folhas / Milho
6ª feira Dias 11/01 e 25/01	Mix de folhas / Tomate

PRINCIPAL E ACOMPANHAMENTOS

Semanas de Janeiro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 14/01 e 28/01	Lasanha de carne moída
3ª feira Dia 15/01 e 29/01	Empadão de frango
4ª feira Dias 02/01, 16/01 e 30/01	Bife de panela / Quibebe
5ª feira Dias 03/01, 17/01 e 31/01	Isca de frango crocante / Batata corada
6ª feira Dias 04/01, 18/01 e 01/02	Carne assada com molho / Farofa

Semanas de Janeiro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 07/01 e 21/01	Talharim à bolonhesa
3ª feira Dias 08/01 e 22/01	Frango assado/ Purê de batata
4ª feira Dias 09/01 e 23/01	Estrogonofe de carne / Batata palha
5ª feira Dias 10/01 e 24/01	Panqueca de frango
6ª feira Dias 11/01 e 25/01	Escondidinho de carne

SOBREMESAS

Semanas de Janeiro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 14/01 e 28/01	Doce de leite
3ª feira Dia 15/01 e 29/01	Banana
4ª feira Dias 02/01, 16/01 e 30/01	Gelatina
5ª feira Dias 03/01, 17/01 e 31/01	Abacaxi
6ª feira Dias 04/01, 18/01 e 01/02	Maçã

Semanas de Janeiro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 07/01 e 21/01	Maçã
3ª feira Dias 08/01 e 22/01	Banana
4ª feira Dias 09/01 e 23/01	Melão
5ª feira Dias 10/01 e 24/01	Gelatina
6ª feira Dias 11/01 e 25/01	Salada de frutas

Obs.: O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos de mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista. No lanche, caso o aluno não aceite o lanche proposto, o mesmo será substituído por biscoito cream cracker ou biscoito maisena.