

Cardápio Dinâmico

Ensino Fundamental



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

SALADAS

Semanas de Março: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 02/03, 16/03 e 30/03	Mix de folhas / Beterraba
3ª feira Dia 03/03, 17/03 e 31/03	Mix de folhas / Tomate
4ª feira Dias 04/03 e 18/03	Mix de folhas / Cenoura
5ª feira Dias 05/03 e 19/03	Mix de folhas / Milho
6ª feira Dias 06/03 e 20/03	Mix de folhas / Tomate

Semanas de Março: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09/03 e 23/03	Mix de folhas / Cenoura
3ª feira Dia 10/03 e 24/03	Mix de folhas / Milho
4ª feira Dias 11/03 e 25/03	Mix de folhas / Tomate
5ª feira Dias 12/03 e 26/03	Mix de folhas / Beterraba
6ª feira Dias 13/03 e 27/03	Mix de folhas / Cenoura / Tomate

PRINCIPAL E ACOMPANHAMENTOS

Semanas de Março: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 02/03, 16/03 e 30/03	Fusilli ao sugo / Carne moída
3ª feira Dia 03/03, 17/03 e 31/03	Empadão de frango / Legumes em cubinhos
4ª feira Dias 04/03 e 18/03	Carne assada com molho / Farofa enriquecida
5ª feira Dias 05/03 e 19/03	Isca de frango crocante / Batatas coradas
6ª feira Dias 06/03 e 20/03	Quibe de forno / Quibebe

Semanas de Março: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09/03 e 23/03	Estrogonofe de carne / Batata palha
3ª feira Dia 10/03 e 24/03	Frango cremoso / Brócolis refogado
4ª feira Dias 11/03 e 25/03	Espaguete à bolonhesa
5ª feira Dias 12/03 e 26/03	Frango assado com legumes
6ª feira Dias 13/03 e 27/03	Escondidinho de carne

SOBREMESAS

Semanas de Março: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 02/03, 16/03 e 30/03	Maçã
3ª feira Dia 03/03, 17/03 e 31/03	Banana
4ª feira Dias 04/03 e 18/03	Laranja
5ª feira Dias 05/03 e 19/03	Doce de leite
6ª feira Dias 06/03 e 20/03	Maçã

Semanas de Março: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09/03 e 23/03	Banana
3ª feira Dia 10/03 e 24/03	Laranja
4ª feira Dias 11/03 e 25/03	Maçã
5ª feira Dias 12/03 e 26/03	Banana
6ª feira Dias 13/03 e 27/03	Gelatina

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