

# CARDÁPIO



## PROJETO PERÍODO INTEGRAL

**20 a 24 DE OUTUBRO**

|                          | SEGUNDA-FEIRA                                                                                                          | TERÇA-FEIRA                                                                | QUARTA-FEIRA                                                                                        | QUINTA-FEIRA                                                                      | SEXTA-FEIRA                                                                              |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LANCHE DE ENTRADA</b> | Leite com chocolate em pó<br>+<br>Bisnaguinha com margarina                                                            | Bebida láctea<br>+<br>Bolacha doce                                         | Chá<br>+<br>Biscoito                                                                                | Leite com mucilon<br>+<br>Pão francês com margarina                               | Bebida láctea<br>+<br>Bolacha salgada                                                    |
| <b>ALMOÇO</b>            | Arroz + Feijão + carne moída + refogadinho de berinjela ao molho de tomate<br><br>Salada de repolho e beterraba ralada | Arroz + feijão preto + carré em iscas + escarola refogada<br><br>Vinagrete | Arroz + feijão + sobrecoxa refogada + abobrinha refogada com cenoura ralada<br><br>Salada de alface | Arroz + feijão carne de panela + salada de legumes cozido<br><br>Salada de pepino | Arroz + feijão + frango desfiado com tomate + farofinha de couve<br><br>Salada de Alface |

\*\*\* CARÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SE NECESSÁRIO



Talita Reis Silva (Nutricionista)

