

CARDÁPIO – Ensino Fundamental e EJA					
JUNHO/2022					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Refeição					(01/07)
Lanche da manhã e da tarde					BISCOITO GERGELIM BEBIDA LÁCTEA FRUTA
Refeição	(04/07)	(05/07)	(06/07)	(07/07)	(08/07)
Lanche da manhã e da tarde	BOLO DE MAÇÃ COM CANELA OPCIONAL: CAFÉ COM LEITE	SANDUICHE FRUTA OPCIONAL: CAFÉ COM LEITE	ARROZ FEIJÃO BIFE DE RÊS SALADA DE COUVE-FLOR E BETERRABA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO SALADA DE CHUCHU E CENOURA	GALINHADA SALADA DE REPOLHO E CENOURA
	(11/07)	(12/07)	(13/07)	(14/07)	(15/07)
Lanche da manhã e da tarde	CUCA RÁPIDA FRUTA OPCIONAL: CAFÉ COM LEITE	BISCOITO COLONIAL FRUTA OPCIONAL: CAFÉ COM LEITE	ARROZ FEIJÃO CARNE PICADA SALADA DE CHUCHU E CENOURA	GALINHADA FEIJÃO SALADA DE BRÓCOLIS E BETERRABA	POLENTA MOLHO DE CARNE MOÍDA SALADA MISTA
	RECESSO ESCOLAR				
Lanche da manhã e da tarde					
Lanche da manhã e da tarde					

ORIENTAÇÕES:

- O cardápio poderá eventualmente sofrer alterações, devido à disponibilidade dos alimentos;
- As escolas que quiserem, sempre poderão solicitar suco como acompanhamento (suco de uva, laranja ou abacaxi integral);
- Qualquer alteração no cardápio, dúvida ou sugestão deverá ser repassado para a nutricionista.

Mariele Elis Theisen

NUTRICIONISTA

CRN2 – 10366