

NOVEMBRO DE 2017

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00 – 8h30 Fundamental 9h00	Biscoito integral doce Leite	Pão integral com doce de fruta (caseiro) Chá	Bolinha de polvilho iogurte de morango (caseiro)	Bolo integral de cenoura com cobertura de chocolate 50% cacau Chá	Pão francês com nata Suco de abacaxi (natural) LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL
ALMOÇO Infantil 10h30 – 11h00 Fundamental 11h45	Omelete com milho e ervilha Arroz integral/Feijão Massa ao molho sugo Repolho branco/Cenoura ralada	Peixe assado com batatas Arroz/Feijão Tomate/Couve-flor	Cubinho de frango enfarofado (farofa de manteiga) Arroz integral/Feijão/Lentilha Beterraba cozida/Alface crespa	Bolo de carne recheado (cenoura, vagem, ovo, queijo) Arroz/Feijão Purê de aipim cremoso (com requeijão) Cenoura cozida/Rúcula	Peito de frango ao molho de tomate Arroz integral/Feijão Polenta cremosa Beterraba ralada/Brócolis
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Melancia	Abacaxi	Banana	Maçã	Tangerina
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 – 15h30 Fundamental 15h30	Sanduíche natural: pão integral, frango desfiado, requeijão e cheiro verde Suco de acerola (concentrado)	Cuca de banana c/ chocolate Suco de laranja (concentrado)	Pão de queijo de forma Chá	Queijo quente (pão pullman + manteiga s/ sal + queijo mussarela + orégano) Suco de uva (concentrado)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Rosquinha de polvilho	Pera	Pipoca	Banana	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

FRUTAS DA ÉPOCA - MÊS DE NOVEMBRO: abacaxi, acerola, banana-nanica, banana-prata, manga, laranja-pera, maçã, mamão, tangerina, melancia, melão e pêssego. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 3) No almoço será servido água. 4) Os molhos das carnes e o molho sugo serão feitos com tomate fresco, cenoura, beterraba e cheiro verde. 5) Nos meses mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos em temperatura ambiente.