

ESCOLA DE ENSINO FUNDAMENTAL SÃO JOSÉ

Cardápio quinzenal 19 a 30 de 2021.

	Desjejum 8h 30min	Almoço 11h e 30min	LANCHE PARA ALUNOS DO TUIN DA TARDE	
Segunda 19/7	Achocolatado Pão c/ margarina fruta	Arroz/feijão Ensopadinho de carne e batata e tempero verde Beterraba e alface maçã	Vitamina de banana biscoito	
terça- feira 20/7	Café c/ leite Bolo de maçã fruta	Arroz/feijão Carne em tirinhas Farofa de couve c/ ovo picado Tomate Torta de bolacha	Achocolatado Pão caseiro c/ margarina	
Quarta- feira 21/7	Chocolate quente Biscoito fruta	Arroz/ feijão preto Panqueca de frango Alface/tomate laranja	Leite c/ cereal	
quinta- feira 22/7	Café c/leite Pão caseiro c/ queijo fruta	carreirinho/ feijão batata doce salada mista mamão	Bebida láctea Biscoito maria	
sexta- feira 23/7	Achocolatado Pão c/ geléia fruta	Arroz/feijão Lasanha de frango Salada mista laranja	Chá Pão de queijo	
Segunda 26/7	Achocolatado Pão c/margarina fruta	Arroz/feijão preto Massinha ao molho de carne Alface/tomate mamão	Chá Bolo de banana	
terça- feira 27/7	Café c/ leite pão c/ doce de leite fruta	Arroz/ feijão carioca Frango à milanesa Repolho refogadinho Flan de morango	Leite biscoito	
quarta- feira 28/7	Café c/ leite Biscoito fruta	Arroz/ feijão Carne de panela c/ chuchu Batata palha Beterraba banana	Café c/leite Bolo de cenoura c/ cobertura	
quinta- feira 29/7	Achocolatado Sanduíche de presunto fruta	galinhada/feijão bolinho de espinafre salada mista maçã	Bebida láctea Pão c/ margarina	
Sexta- feira 30/7	Café c/leite Bolo de banana fruta	Arroz/feijão Aipim ao molho de carne Alface e cenoura raladinha laranja	Suco Pizza de queijo	

Nutricionista Responsável: Vânia Cristina Pagliarini Alves – crn2 2867.

Obs: Cardápio sujeito a alterações com substituições compatíveis.

