

ESCOLA DE ENSINO FUNDAMENTAL SÃO JOSÉ

Cardápio quinzenal 03 a 14 de janeiro de 2022.

	Desjejum 8h 30min	Almoço 11h e 30min	LANCHE PARA ALUNOS DO TUIN DA TARDE	
Segunda 03/01	Fruta Café com leite Biscoito sortido	Arroz/ feijão Polentinha mole Frango ao molho Repolho e cenoura maçã	Fruta Suco Pizza de frios	
terça- feira 04/01	Fruta Bebida láctea Bolo de laranja	Arroz/feijão Carne na chapinha Batata assada Tomate e cebola mamão	Fruta Chá de maçã Cachorro quente	
Quarta- feira 05/01	Fruta achocolatado sanduiche de queijo	Arroz/feijão Bife de frango Brócolis refogado Salada mista laranja	Fruta Vitamina de banana Bolo de cenoura Culinária: Suculé de morango	
quinta- feira 06/01	fruta leite c/ achocolatado biscoito	Arroz/feijão Espaguete ao molho de carne Alface e tomate melancia	Fruta Café c/ leite Pão de queijo	
sexta- feira 07/01	fruta café c/ leite Pão caseiro c/ requeijão	Arroz/feijão Panqueca de frango Repolho com cenoura Salada de fruta	fruta suco de laranja bolo de aveia com cobertura de negrinho e pipoca	
Segunda 10/01	Fruta achocolatado pão de sanduíche c/presunto e queijo	Arroz/feijão Massa parafuso ao molho de carne de panela Chuchu e cenoura Maçã	Fruta Vitamina de banana Bolo de laranja	
terça- feira 11/01	fruta café com leite bolo de limão	Arroz/lentilha Fricassê de Frango Repolho refogado Alface e tomate Gelatina bicolor	fruta achocolatado fraco pão de queijo	
Quarta- feira 12/01	fruta bebida láctea biscoito	Arroz/feijão Bife à milanesa Brócolis no vapor tomate mamão	Fruta leite Biscoito maria Culinária: Espetinho de frutas	
quinta- feira 13/01	fruta achocolatado pão com margarina	Arroz/ feijão Frango na chapinha Bolinho de arroz beterraba banana	fruta suco de laranja pizza de queijo	
sexta- feira 14/01	fruta chá cuca	Arroz/feijão carne assadinha maionese de batata alface maçã	fruta leite bolo formigueiro	

Nutricionista Responsável: Vânia Cristina Pagliarini Alves – crn2 2867.

Obs: Cardápio sujeito a alterações com substituições compatíveis.

