



Cardápio de Agosto – Almoço Ensino Fundamental



Semanas	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
01/08 à 02/08	_____	_____	_____	Arroz, Feijão, Frango empanado, purê de batata, Salada Repolho e beterraba ralada.	Arroz, Feijão, Carne de panela com batata inglesa e cenoura, Salada Repolho roxo e pepino.
05/08 à 09/08	Arroz Estrogonofe de frango Salada de alface e tomate.	Arroz, Feijão, Carne de panela com batata inglesa, farofa com cenoura, Salada de chuchu e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Frango colorido (cenoura, batata, abobrinha e pimentão) Salada de repolho e tomate.	Macarrão com carne moída ao molho de tomate natural c/ manjericão e pimentão, Salada de couve-flor e acelga.	Arroz, Feijão, Frango grelhado com tomate e cebola, purê de batata. Salada de beterraba ralada e repolho roxo.
12/08 à 16/08	Macarrão com carne moída ao molho de tomate natural c/ manjericão e pimentão, Salada de brócolis e beterraba.	Arroz, Feijão, Panqueca integral de frango, couve-flor e pepino.	Arroz, Feijão, Carne de panela com mandioca e pimentão, Salada de chuchu e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Frango assado com batata inglesa, Salada couve refogada e tomate.	Arroz, Feijão, Carne em tiras acebolada, Purê de batata, Salada de beterraba ralada e acelga.
19/08 à 23/08	Arroz, Feijão, Frango colorido (cenoura, batata, abobrinha e pimentão) Salada de repolho e tomate.	Arroz, Feijão, Omelete de forno, Salada de acelga e beterraba.	Arroz Estrogonofe de frango Salada de alface e repolho roxo.	Macarrão com carne moída ao molho de tomate natural c/ manjericão e pimentão, Salada de couve-flor e pepino.	Arroz, Feijão, Frango assado com batata inglesa, farofa com cenoura, Salada couve refogada com alho e cebola e tomate.
26/08 à 30/08	Macarrão com carne moída ao molho de tomate natural c/ manjericão e pimentão, Salada de couve-flor.	Arroz, Feijão, Frango com molho de milho, Salada de alface e tomate.	Arroz, Feijão, Carne em tiras acebolada, Purê de batata, Salada de beterraba ralada e repolho.	Arroz, Feijão, Frango em cubo com batata, cenoura e ervilha, Salada de acelga e cenoura.	Arroz, Feijão, Almondegas ao molho, Salada alface e beterraba.

Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e qualidade dos alimentos.

**** Restrição:** Restrito o consumo de preparações que vão leite, para CRIANÇAS QUE TENHAM INTOLERÂNCIA À LACTOSE OU ALERGIA A PROTÉINA DO LEITE.

BEBIDAS – Sucos Naturais.



SOBREMESAS – Frutas, Gelatina ou Saladas de frutas.

Elaborado pela Nutricionista **Tháís Fidelis** – CRN3 56986/P