

**CARDÁPIO EJA****DEZEMBRO – 2018**

DATA		EJA
03/12/18	SEG	Arroz integral, feijão preto, frango ensopado, salada de chuchu e repolho roxo
04/12/18	TER	Arroz, purê de batata doce, picadinho de carne, salada de acelga e beterraba. Fruta: melão
05/12/18	QUA	Suco de polpa de manga, sanduíche integral de carne moída com alface e cenoura ralada. Fruta: banana
06/12/18	QUI	Macarrão penne integral, sobrecoxa ensopada com abóbora, salada de brócolis e beterraba ralada
07/12/18	SEX	*
10/12/18	SEG	Arroz, aipim, carne ensopada, salada de repolho branco e cenoura. Fruta: laranja
11/12/18	TER	Arroz, escondidinho de batata doce com frango, salada de vagem e repolho roxo
12/12/18	QUA	Sanduíche de atum com alface e cenoura ralada. Suco de uva integral (tinto)
13/12/18	QUI	Macarrão parafuso integral, sobrecoxa ensopada com ervilha e abóbora e alface. Fruta: tangerina
14/12/18	SEX	*
17/12/18	SEG	RECESSO ESCOLAR
18/12/18	TER	RECESSO ESCOLAR
19/12/18	QUA	RECESSO ESCOLAR
20/12/18	QUI	RECESSO ESCOLAR
21/12/18	SEX	RECESSO ESCOLAR
24/12/18	SEG	RECESSO ESCOLAR
25/12/18	TER	RECESSO ESCOLAR
26/12/18	QUA	RECESSO ESCOLAR
27/12/18	QUI	RECESSO ESCOLAR
28/12/18	SEX	RECESSO ESCOLAR
31/12/18	SEG	RECESSO ESCOLAR

Obs.: os cardápios podem sofrer alterações devido a problemas de safra, de clima ou com os fornecedores.