

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL**DEZEMBRO – 2018**

DATA		ENSINO FUNDAMENTAL
03/12/18	SEG	iogurte natural batido com mamão e maçã picada com aveia.
04/12/18	TER	Arroz, feijão preto, carne assada de panela (tatu), salada de chuchu e beterraba ralada. Fruta: laranja
05/12/18	QUA	Macarrão penne, sobrecoxa ensopada, salada de cenoura e acelga. Suco polpa de acerola
06/12/18	QUI	Arroz integral, feijão carioca, peixe ensopado e salada de repolho roxo com vagem. Suco de polpa de abacaxi
07/12/18	SEX	Arroz, estrogonofe de frango (com iogurte natural) e salada de chuchu e repolho roxo. Fruta: banana
10/12/18	SEG	iogurte natural batido com banana e maçã, granola
11/12/18	TER	Arroz integral, feijão preto, sobrecoxa ensopada, beterraba ralada e abobrinha refogada. Suco de polpa de morango
12/12/18	QUA	Macarrão espaguete integral, carne moída ensopada, salada de alface e cenoura. Fruta: tangerina
13/12/18	QUI	Arroz, feijão preto, iscas de carne ensopada, acelga e abóbora cozida. Fruta: mamão em fatia
14/12/18	SEX	Sanduíche pão de hot dog integral com frango desfiado, milho e alface. Suco polpa de caju
17/12/18	SEG	“Mascau” (leite, cacau e açúcar mascavo) e biscoito de gergelim e linhaça. Fruta: banana
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.