



CARDÁPIO BALANCEADO REFERENTE AO MÊS DE JULHO

Dias da semana	1ª semana 01 e 05 de julho	2ª semana 08 a 12 de julho
2ª feira	- Suco de Morango - Misto frio - Steak frango - Fruta: Banana	- Suco de Acerola - Pão caseirinho c/ carne - Bolo de cenoura - Fruta - Maçã
3ª feira	- Suco de Maracujá - Pipoca - Bolo ninho - Fruta: Mexerica	- Suco de Frutas vermelhas - Pão francês c/ frios - Cookies chocolate - Fruta - Uva
4ª feira	- Suco de Abacaxi - Salgados mistos - Rosca - Fruta: Melancia	- Suco de Maracujá - Mini pizza - Mingau de milho verde - Fruta - Banana
5ª feira	- Suco de Caju - Pão de batata c/ peru - Enroladinho queijo - Açaí	- Suco de Laranja - Pastel queijo/ carne - Açaí
6ª feira	- Suco de Uva - Pão de queijo - Rosca ninho - Fruta: Mix de frutas	- Suco de Tangerina - Cachorro quente - Fruta: Mix de frutas

😊 Valor do lanche/ dia = R\$ 9,00 (nove reais)

😊 Cardápio sujeito à alterações.



Sair da rotina faz parte das férias, mas é necessário tomar cuidado para não alterar a saúde da criança deixando que coma bobagens todos os dias e a qualquer hora.

Boas Férias !!!!

Elaine F. Jaculi Silva / Nutricionista.



CARDÁPIO BALANCEADO REFERENTE AO MÊS DE JULHO

Dias da semana	1ª semana 01 e 05 de julho	2ª semana 08 a 12 de julho
2ª feira	- Suco de Morango - Misto frio - Steak frango - Fruta: Banana	- Suco de Acerola - Pão caseirinho c/ carne - Bolo de cenoura - Fruta - Maçã
3ª feira	- Suco de Maracujá - Pipoca - Bolo ninho - Fruta: Mexerica	- Suco de Frutas vermelhas - Pão francês c/ frios - Cookies chocolate - Fruta - Uva
4ª feira	- Suco de Abacaxi - Salgados mistos - Rosca - Fruta: Melancia	- Suco de Maracujá - Mini pizza - Mingau de milho verde - Fruta - Banana
5ª feira	- Suco de Caju - Pão de batata c/ peru - Enroladinho queijo - Açaí	- Suco de Laranja - Pastel queijo/ carne - Açaí
6ª feira	- Suco de Uva - Pão de queijo - Rosca ninho - Fruta: Mix de frutas	- Suco de Tangerina - Cachorro quente - Fruta: Mix de frutas

😊 Valor do lanche/ dia = R\$ 9,00 (nove reais)

😊 Cardápio sujeito à alterações.



Sair da rotina faz parte das férias, mas é necessário tomar cuidado para não alterar a saúde da criança deixando que coma bobagens todos os dias e a qualquer hora.

Boas Férias !!!!

Elaine F. Jaculi Silva / Nutricionista.