



TURNO COMPLEMENTAR:

SEMANA: 19 a 23 de AGOSTO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
COLAÇÃO	Frutas: melão e maçã	Cereal matinal com leite  (opção: maçã)	Frutas: abacaxi e banana	logurte de frutas com morango	Frutas: melancia e uva
ALMOÇO	Alface picado Isca de frango Batata corada (ao forno) Arroz/Feijão Suco: goiaba Fruta: uva	Tomate sem semente picado Carne assada Creme de milho Arroz/Feijão Suco: melancia Fruta: mamão	Salada de couve-flor com chuchu Picadinho de frango Purê de inhame Arroz/Feijão Suco: melão Fruta: melancia	Rúcula e alface picados Ovo cozido Purê de batata Arroz/Feijão roxinho Suco: caju Fruta: laranja	Brócolis refogado Almôndegas ao molho de tomate Macarrão Arroz (opção)/Feijão Suco: acerola Fruta: abacaxi
JANTAR	Espinafre refogado Bife de panela Arroz/Feijão mulatinho Suco: maracujá Fruta: melão	Canja Suco: caju Fruta: manga	Cenoura e beterraba cozidas Hambúrguer caseiro de carne moída Arroz/Feijão Suco: uva Fruta: abacaxi	Tomate sem semente em pedaços "Nugget" artesanal de frango Arroz/Feijão Suco: limonada Fruta: mamão	Purê de batata doce Peixe cozido Arroz/Feijão Suco: laranja Fruta: uva



ESCOLARIDADE MANHÃ E TARDE

SEMANA: 19 a 23 de AGOSTO

## SEGUNDA

Sanduíche de queijo  
minas (pão integral)  
Sucos: laranja e  
melancia  
Frutas: banana e abacaxi

## TERÇA

Pipoca  
Sucos: maracujá e  
goiaba  
Frutas: laranja e maçã

## QUARTA

Bolo de baunilha (com  
farinha integral)  
Sucos: melão e caju  
Frutas: uva e mamão

## QUINTA

Milho cozido  
Sucos: uva e acerola  
Frutas: melancia e  
manga

## SEXTA

Sanduíche de pasta de  
frango  
(opção: manteiga)  
Sucos: limonada e manga  
Frutas: banana e melão

## ATENÇÃO!

- O cardápio poderá sofrer alterações devido à qualidade e disponibilidade dos produtos.
- Substituto do lanche: biscoito tipo cream-cracker.
- Substituto do almoço: frango grelhado.
- Substituto do jantar (em caso de sopa): arroz/feijão, prato proteico e legume/salada.
- A restrição médica de determinados alimentos deverá ser sinalizada na agenda.

Nutricionista: Nathalia Portugal Rizzo Franco de Oliveira  
CRN 4: 13100459