

# CARDÁPIO SEMANAL - 11 A 15/11

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
FRUTA	GOIABA / MAÇÃ	SALADINHA C/ AVEIA (UVA, BANANA, MANGA)	MAMÃO / ABACAXI	LARANJA / MELÃO	FERIADO
BEBIDA	SUCO DE UVA	SUCO DE GOIABA	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE ABACAXI C/ PEPINO	FERIADO
CARBOIDRATO	BOLINHO INTEGRAL DE BANANA  OPÇÃO VEGANA E SEM GLÚTEN	TORRADINHA INTEGRAL (C/ GUACAMOLE)  OPÇÃO SEM GLÚTEN	CACHORRO QUENTE VEGANO (ACOMP.: MILHO E KETCHUP DE GOIABA)  OPÇÃO SEM GLÚTEN	PÃO DE QUEIJO ENRIQUECIDO C/ SEMENTE DE GIRASSOL  OPÇÃO VEGANA (C/ BATATA BAROA)	FERIADO

- O CARDÁPIO SEGUE UMA DIETA OVOLACTOVEGETARIANA BALANCEADA.
- TODOS OS LANCHES SÃO PREPARADOS NA PRÓPRIA ESCOLA. OS SUCOS SÃO FRESCOS E SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR.
- ALGUNS ALIMENTOS E CONSISTÊNCIA PODERÃO SER ALTERADOS DE FORMA INDIVIDUAL.
- CRIANÇAS COM RESTRIÇÕES ALIMENTARES TERÃO O CARDÁPIO ALTERADO RESPEITANDO A NECESSIDADE ALIMENTAR.
- O CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO, QUANDO NECESSÁRIO, EM RESPEITO AO AMADURECIMENTO DAS FRUTAS.

LILIANE BARROS - NUTRICIONISTA - CRN 01 / 6929