

# CARDÁPIO SEMANAL - 25 A 29/11

	<b>SEG</b>	<b>TER</b>	<b>QUA</b>	<b>QUI</b>	<b>SEX</b>
<b>FRUTA</b>	GOIABA / MAÇÃ	SALADINHA C/ AVEIA (UVA, BANANA, MANGA)	MANGA / ABACAXI	MAMÃO / MELANCIA	LARANJA / MELÃO
<b>BEBIDA</b>	SUCO DE UVA	SUCO DE TANGERINA	SUCO DE GOIABA	IOGURTE CASEIRO DE BANANA C/ MORANGO	SUCO DE MELANCIA
<b>CARBOIDRATO</b>	MILHO COZIDO (ACOMP.: TOMATE CEREJA)	CREAM CRACKER (C/ GUACAMOLE)  OPÇÃO SEM GLÚTEN	PÃOZINHO INTEGRAL (C/ MANTEIGA)  OPÇÃO VEGANA E SEM GLÚTEN (C/ MANTEIGA DE COCO)	PETA CASEIRA C/ SEMENTE DE GERGELIM  OPÇÃO VEGANA	PÃO INTEGRAL RECHEADO COM DOCE DE BANANA E CACAU  OPÇÃO SEM GLÚTEN

- 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