

Cardápio Semanal

MIGUEL DE SOUZA

CAFÉ DA MANHÃ ALMOÇO LANCHE JANTAR

7:00 ÀS 7:30 09:50 ÀS 10:10 13:10 ÀS 13:15 14:50 ÀS 15:10

Pão com manteiga, chá e fruta
Arroz, feijão, farofa com legumes, carne ou frango e salada
Fruta
Arroz, frango ao molho, salada e fruta

Segunda-Feira

Pão com manteiga e leite com chocolate em pó
Arroz, polenta, carne ou frango e salada
Fruta
Arroz, carne ou frango e salada

Terça-Feira

Pão com manteiga, chá e fruta
Arroz, estrogonofe de carne ou frango e salada
Fruta
Sopa de macarrão com carne ou frango e legumes

Quarta-Feira

Pão de queijo e suco natural
Sopa de macarrão com carne ou frango e legumes
Fruta
Macarrão com carne ou frango e salada

Quinta-Feira

Pão com manteiga e leite com chocolate em pó e fruta
Macarrão com carne ou frango e salada
Fruta
Arroz temperado com legumes, carne e salada

Sexta-Feira

Composição Nutricional (Média Semanal)

Kcal: 1245,60
Proteína: 56,50
Carboidrato: 163,96
Lípídeo: 41,51

Yvaine Collares Oliveira
Nutricionista CRN 6514
Secretaria de Educação