



CARDÁPIO LANCHES - EDUCAÇÃO INFANTIL

(01/05 A 31/05)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
01 A 05/05	Manhã				Goiaba, mini pão de queijo integral e ovos mexidos	Mamão, gelatina de uva integral e biscoito de polvilho
	Tarde				Uvas, muffin de cenoura e queijo branco	Bolo de banana integral adoçado com tâmaras, laranjada e porção de milho cozido
06 A 12/05	Manhã	Kiwi, biscoito de arroz e queijo coalho tostadinho	Morango, iogurte natural e croustons integrais	Salada de frutas, magic toast e porção de passas	Goiaba, cookies integrais e castanhas	Banana, ovos mexidos e biscoito de gergelim
	Tarde	Maçã, pão integral com geleia caseira e cenoura baby	Manga, dadinho de tapioca ao forno e tomate cereja	Melancia, pão integral com creme de ricota e ovos de codorna	Melão, muffin de inhame e pepino em tirinhas	Limonada suíça, bolo de laranja adoçado com tâmaras e mussarela bolinha
13 A 19/05	Manhã	Manga, torradinha integral com creme de minas e enroladinho de queijo prato	Pera, crocante de tapioca e porção de passas	Morango, gelatina de uva integral e biscoito palito integral de espinafre	Uvas, mini pão bolinha de batata doce e queijo coalho tostadinho	Goiaba, iogurte natural e biscoito de mandioquinha
	Tarde	Melancia, muffin de banana e porção de milho cozido	Abacaxi, mini pão de queijo e chips de abobrinha	Goiaba, pão de aveia com frango desfiado e cenoura baby	Maçã, pipoca e tomate cereja	Bolo de coco adoçado com tâmaras, suco integral de uva e pepino em tirinhas
20 A 26/05	Manhã	Creme de morango com banana, biscoito de gergelim e mussarela bolinha	Salada de frutas, mini pão bolinha de beterraba e castanhas	Uvas, magic toast e ovos mexidos	Manga, croustons integrais e porção de passas	Banana com aveia, biscoito de polvilho e porção de castanhas
	Tarde	Manga, bisnaguinha caseira integral com creme de ricota e ovos de codorna	Melancia, bolinho de carne com couve e pipoca	Kiwi, queijo quente com brócolis e cenoura baby	Goiaba, bolinho de frango com quinoa e milho cozido	Bolo de cenoura adoçado com tâmaras com calda de cacau 100%, suco de maracujá e tomate cereja
27 A 31/05	Manhã	Maçã, torradinha integral com geleia e queijo coalho tostadinho	Melão, biscoito palito de espinafre e ovos de codorna	Goiaba, gelatina de uva integral e biscoito palito de beterraba	Melancia, crocante de tapioca e queijo branco em cubos	Pera, cookie de cacau 100% e porção de castanha
	Tarde	Uvas sem caroço, muffin de banana sem açúcar e chips de abobrinha	Pera, sanduichinho de carne louca e porção de passas	Banana com aveia, torradas integrais com patê de queijos e cenoura baby	Manga, mini pão de queijo de cará e milho cozido	Bolo de coco adoçado com tâmaras, laranjada e pepino em tirinhas



Dra. *Beatriz M. Tabith*
Nutricionista
CRN4-34407

Cardápio desenvolvido pela *HABITUS* Assessoria Nutricional, direcionado para crianças da Educação Infantil, presentes na Escola Higienópolis.

