



CARDÁPIO LANCHES - EDUCAÇÃO INFANTIL

(05/04 A 30/04)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
05 a 09	Manhã	Melão, biscoitos integrais e queijo branco em cubinhos	Caqui, torradas integrais com geleia sem açúcar e castanhas	Salada de frutas, granola sem açúcar e magic toast com ricota temperada	Pera, biscoito de gergelim e cenoura em palitinhos	Mamão, ovos mexidos e iogurte natural batido com fruta
	Tarde	Maçã, pão integral com patê de pepino e biscoito de gergelim	Manga, dadinho de tapioca ao forno e tomate cereja	Abacaxi, bolo semi-integral de cenoura adoçado com tâmaras e biscoitos integrais	Caqui, mini sanduichinho de queijo com cenoura ralada e biscoitos de polvilho	Kiwi, pipoca e biscoitos integrais
12 a 16	Manhã	Banana com aveia e mel, biscoito de polvilho e leite batido com cacau	Manga, biscoitos integrais e uva passa	Salada de frutas, ovos mexidos e biscoito de gergelim	Mamão, tapioca colorida e mussarela bolinha	Danoninho de inhame com manga, torradas integrais com creme de minas e água de coco
	Tarde	Abacaxi, pão de queijo e tomate cereja	Maçã, pizzinha caseira e pepino em tirinhas	Caqui, pão integral com queijo e castanhas	Ameixa, bisnaguinha integral com ricota temperada e biscoito de polvilho	Bolo semi-integral de coco, milho cozido e gelatina de suco de uva integral
19 a 23	Manhã	Mamão, tapioca colorida e castanhas	Caqui, biscoito de polvilho e leite batido com cacau	Salada de frutas, ovos mexidos e biscoitos integrais	Pera, biscoito de gergelim e cenoura em palitinhos	Mamão, granola sem açúcar e iogurte natural batido com fruta
	Tarde	Ameixa, bisnaguinha integral com ricota temperada e granola sem açúcar	Abacaxi, biscoito de polvilho e tomate cereja	Goiaba, sanduichinho de queijo com cenoura e uva passa	Caqui, mini sanduichinho de queijo com cenoura ralada e biscoitos de polvilho	Kiwi, pipoca e biscoitos integrais
26 a 30	Manhã	Salada de frutas, ovos mexidos e biscoitos integrais	Caqui, biscoito de polvilho e leite batido com fruta	Kiwi, batata doce cozida e queijo em pedacinhos	Manga, magic toast com creme de minas e queijo em cubinhos	Melancia, granola sem açúcar e cream cracker integral com ricota temperada
	Tarde	Goiaba, dadinho de tapioca ao forno e castanhas	Melancia, pão integral com creme de minas e tomate cereja	Laranja, biscoito de gergelim e uva passa	Caqui, cheeseburguinho caseiro e pepino em tirinhas	Abacaxi, bolo semi-integral de fubá adoçado com tâmaras e torradas integrais com geleia sem açúcar



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

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

