

ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÁTIMA
CARDÁPIO DEZEMBRO 2019

		Terça- feira - 10/12/2019	Quarta-feira -11/12/2019	Quinta-feira - 12/12/2019	Sexta-feira – 13/12/2019
Almoço		Arroz + feijão + Carne de panela + Purê de batatas Saladas: alface + couve-flor Sobremesa e fruta Bebida: água	Arroz + feijão + Massa com molho + frango assado Saladas: cenoura + repolho Sobremesa e fruta Bebida: suco	Arroz + feijão + Moranga com carne moída Saladas: Tomate + vagem Sobremesa e fruta Bebida: água	Arroz + feijão + Estrogonofe de frango Saladas: Alface + beterraba Sobremesa e fruta Bebida: suco
	Segunda-feira – 16/12/2019	Terça- feira - 17/12/2019	Quarta-feira - 18/12/2019	Quinta-feira - 19/12/2019	Sexta-feira - 20/12/2019
Almoço	Arroz + feijão + Panqueca de frango Salada: Alface + brócolis Sobremesa e fruta Bebida: água	Arroz + feijão + Polenta + frango com molho Salada: repolho + Alface Sobremesa e fruta Bebida: suco	Arroz + feijão + Macarrão ao molho + Almôndegas de carne assadas Salada: chuchu + tomate Sobremesa e fruta Bebida: água	Arroz + feijão + Bife de gado + repolho refogado Salada: couve-flor + cenoura Sobremesa e fruta Bebida: água	Arroz + feijão + lasanha de frango Salada: pepino + beterraba Sobremesa e fruta Bebida: suco
Sobremesas: Sagu, Pudim, Gelatina, Gelatina com creme, torta de bolachas, Mousse, creme de laranja					

Josiane Rosa - Nutricionista/ CRN-2: 8795