

Srs Pais,

Uma alimentação sadia é essencial em nossa vida, a fim de manter a saúde, pois ter bons hábitos alimentares ajuda todo o seu organismo a fazer a sua manutenção interna, além de contribuir no desenvolvimento na infância e na adolescência. Por isso, elaboramos um cardápio variado e saudável para o lanche do primeiro semestre de 2018, visando oferecer uma alimentação balanceada ao nosso aluno. Pedimos aos senhores que o leiam atentamente, para que fiquem bem informados sobre o lanche de cada dia, de acordo com a semana.

Caso seu(sua) filho(a) não aceite o lanche do dia, poderá trazê-lo, porém evitando produtos industrializados.

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
1ª Semana	Mini bolo de chocolate c/ suco	Caldo de carne c/ torradas	Frutas variadas	Pão trançado c/ suco	Cuscuz recheado
2ª Semana	Mini pizza c/ suco	Tapioca c/ café e leite	Banana c/ granola	Biscoito de coco e iogurte	Empada c/ suco
3ª Semana	Frutas variadas	Biscoitos c/ shake de frutas	Risoto de frango	Pão francês recheado e suco	Sopa de legumes c/ carne
4ª Semana	Torta salgada c /suco	Banana c/ granola	Bolo de cenoura c/ suco	Arroz de leite c/ paçoca	Frutas Variadas
5ª Semana	Empada c/ suco	Biscoito de coco c/ iogurte	Caldo de carne c/ torradas	Tapioca c/ café e leite	Mini bolo de laranja c/ suco

A Direção.