



CENTRO EDUCACIONAL APRONIANO MARTINS DE OLIVEIRA

Rua: Delfim Moreira, 223 Fone: (84) 3314-0076 /3316-9509

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 segundo 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 (R\$ 5,00)	Caldo de carne c/ torradas (R\$ 5,00)	Frutas variadas (R\$ 4,50)	Pão c/ ovo e suco (R\$ 4,00)	Cuscuz c/carne de sol (R\$ 4,00)
2ª Semana	Mini pizza c/ suco (R\$ 5,00)	Risoto de frango (R\$ 4,00)	Banana c/ granola (R\$ 3,00)	Biscoito de coco e iogurte (R\$ 4,00)	Pão trançado c/suco (R\$ 5,00)
3ª Semana	Frutas variadas (R\$ 4,50)	Empada c/ suco (R\$ 5,00)	Cuscuz Recheado (R\$ 5,00)	Torrada de queijo c/ suco (R\$ 5,00)	Sopa de legumes c/ carne (R\$ 4,00)
4ª Semana	Torta salgada c /suco (R\$ 5,00)	Arroz de leite c/paçoca (R\$6,00)	Bolo de cenoura c/ suco (R\$ 5,00)	Frutas variadas (R\$4,50)	Chocolate quente c/ biscoito (R\$ 5,00)
5ª Semana	Mini bolo de laranja c/ suco (R\$ 5,00)	Biscoito de coco c/ iogurte (R\$ 4,00)	Chocolate quente c/ biscoito (R\$ 5,00)	Banana c/ granola (R\$ 3,00)	Tapioca c/café e leite (R\$4,00)

A Direção.