



# CARDAPIO SEMANAL

Nutricionistas: Priscila Pilon CRN: 26001/  
Priscila Groba CRN: 19834

ALMOÇO – Infantil						
		12/02 Segunda-Feira *RECESSO*	13/02 Terça-Feira *CARNAVAL*	14/02 Quarta-Feira FERIADO	15/02 Quinta-Feira	16/02 Sexta-Feira
<b>ENTRADA</b>		*****	*****	*****	Feijão carioca	Feijão carioca
<b>OPÇÃO DE ENTRADA</b>		*****	*****	*****	Arroz Integral/ Arroz colorido	Arroz Integral/ Arroz
<b>SUCO DE FRUTA</b>		*****	*****	*****	Laranja / limão	Laranja / abacaxi com hortelã
<b>PRATO PRINCIPAL</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	*****	*****	*****	Flezinho de frango grelhado	Peixe grelhado
	<b>OPÇÃO 2</b>	*****	*****	*****	Came de panela	Bife grelhado a napolitana
<b>GUARNIÇÃO</b>		*****	*****	*****	Farofa rica	Prão de peixe
<b>SALADAS</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	*****	*****	*****	Alface crespa	Alface roxa
	<b>OPÇÃO 2</b>	*****	*****	*****	Abobora moranga	Beterraba cozida acebolada
	<b>OPÇÃO 3</b>	*****	*****	*****	Legumes grelhados temperado	Vagem ao vinagrete
<b>TEMPERO SALADA</b>		*****	*****	*****	Azeite/Vinagre Gergelim branco	Azeite/Vinagre Mix de sementes
<b>SOBREMESA</b>		*****	*****	*****	Melancia	Gelatina com frutas
LANCHE MANHÃ – Infantil						
		12/02 Segunda-Feira *RECESSO*	13/02 Terça-Feira *CARNAVAL*	14/02 Quarta-Feira FERIADO	15/02 Quinta-Feira	16/02 Sexta-Feira
<b>LANCHE</b>	<b>PÃO</b>	*****	*****	*****	Mix de pão francês /Mini pão de queijo	Bisnaguinha com requeijão /Pão roseta doce
	<b>COMPLEMENTO</b>	*****	*****	*****	Manteiga / mel / cream cheese	Requeijão/cream cheese / geleia e manteiga
<b>BEBIDA</b>		*****	*****	*****	Leite com cacau	Vitamina de frutas
<b>FRUTA</b>		*****	*****	*****	Uva Thompson	Laranja
<b>SUCO DE FRUTA</b>		*****	*****	*****	Abacaxi	Maracujá

## Escola do Futuro

Unidade I – Ensino Fundamental e Médio - Tel: 55 11 2168-4100  
Rua Dr. Francisco Pati, 40 - Vila São Francisco - São Paulo-SP

Unidade II – Ensino Infantil – Ensino Fundamental - Tel: 55 11 3198-9295  
Av. Corifeu de Azevedo Marques, 5240 – Vila Lageado – São Paulo / SP

## LANCHE TARDE – Infantil

		<b>12/02</b> <b>Segunda-Feira</b> <b>*RECESSO*</b>	<b>13/02</b> <b>Terça-Feira</b> <b>*CARNAVAL*</b>	<b>14/02</b> <b>Quarta-Feira</b> <b>FERIADO</b>	<b>15/02</b> <b>Quinta-Feira</b>	<b>16/02</b> <b>Sexta-Feira</b>
<b>LANCHE</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	*****	*****	*****	Pão de forma integral / baguete com parmesão	Mini Esfiha de queijo / Torrada integral
	<b>OPÇÃO 2</b>	*****	*****	*****	Queijo branco e peito de peru /Manteiga /geleia /mel / requeijão	Pão francês / manteiga /geleia /mel / requeijão
<b>FRUTA</b>		*****	*****	*****	Mamão picado	Maçã
<b>BEBIDAS</b>		*****	*****	*****	Suco de laranja com mamão / leite com cacau	Suco de manga / Chá de camomila

### Escola do Futuro

Unidade I – Ensino Fundamental e Médio - Tel: 55 11 2168-4100  
Rua Dr. Francisco Pati, 40 - Vila São Francisco - São Paulo-SP

Unidade II – Ensino Infantil – Ensino Fundamental - Tel: 55 11 3198-9295  
Av. Corifeu de Azevedo Marques, 5240 – Vila Lageado – São Paulo / SP