

## INFORMAÇÕES E ORIENTAÇÕES

### A criança deverá trazer o lanche de casa.

O cardápio é uma sugestão saudável para a criança, caso a família não consiga trazer o descrito pode-se substituir por ideias semelhantes, por exemplo: no dia de bolo pode alterar o sabor, porém, levar bolo, no dia da tapioca verde pode-se substituir pela tapioca branca, o dia referente a bolinha de frango pode-se substituir por um pãozinho com frango.

**Lembrando que na escola não entra alimentos industrializados como biscoito recheados, refrigerante e outros.**



| DIAS                                       | SEGUNDA   | TERÇA   | QUARTA   | QUINTA   | SEXTA   |
|--|---|---|--|--|---|
| <b>LANCHE DA MANHÃ</b>                     | Bolo caseiro de fubá com queijo, suco de goiaba, banana<br><br><b>Ludicidade: Cortar o bolo em formato de coração</b> | Bolinha com frango desfiado, suco de manga, maçã<br><br><b>Ludicidade: Montar uma carinha Feliz no prato com as bolinhas e a maçã</b> | Cuscuz colorido (ovos mexidos, tomate e queijo branco) suco de uva, melão<br><br><b>Ludicidade: Cortar o melão em formato de estrela</b> | Tapioca verde e manteiga (Couve), Suco de maracujá, melancia<br><br><b>Ludicidade: Cortar a tapioca em formato divertido</b> | Bolinho nutritivo de cenoura, suco de Laranja, mamão<br><br><b>Ludicidade: Cortar as uvas em formato de Coração</b> |
| <b>OPÇÕES PARA ALUNOS COM INTOLERÂNCIA</b> | Bolo com farinha de ARROZ   | Bolo com farinha de ARROZ   | Cuscuz   | Tapioca recheada com franquinho  | Bolo com farinha de arroz   |



Nutricionista Infantil *Thiciane Fernandes* CRN 13524