



*A Moça Da Torta*  
BOM GOSTO ALÉM DA TORTA

**CONSULTORIA NUTRICIONAL**  
**KARINE DURÃES (CRN 19559)**  
ESPECIALIZADA EM PEDIATRIA PELA FMUSP  
(11) 96435-5981

**CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAIVOTA - LANCHE INFANTIL - PERÍODO DE 27-01/OUTUBRO DE 2021**

<b>Dia</b>	<b>Alimento Principal</b>	<b>Complemento</b>	<b>Bebida</b>
2a-feira	pão de forma com requeijão	maçã vermelha	leite com chocolate em pó
3a-feira	cup cake de baunilha com aveia, sabor delicado e saboroso	abacaxi com pedacinhos de uva	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	pão de milho caseiro com queijo amarelo, uma fofura só	melancia	iogurte batido
5a-feira	broa caseira de fubá, quitutes de avó!	banana	suco natural de uva
6a-feira	mini panquecas americanas com geléia	tomatinhos cereja	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal

**CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAIVOTA - KIT LANCHE - PERÍODO DE 27-01/OUTUBRO DE 2021**

<b>Dia</b>	<b>Alimento Principal</b>	<b>Complemento</b>	<b>Bebida</b>
2a-feira	pão de forma com requeijão	maçã vermelha	leite com chocolate em pó
3a-feira	cup cake de baunilha com aveia, sabor delicado e saboroso	abacaxi com pedacinhos de uva	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	pão de milho caseiro com queijo amarelo, uma fofura só	melancia	iogurte batido
5a-feira	broa caseira de fubá, quitutes de avó!	banana	suco natural de uva
6a-feira	mini panquecas americanas com geléia	tomatinhos cereja	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal