



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 08-12/NOVEMBRO DE 2021

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira	pão francês com carne moída	maçã vermelha	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
3a-feira	cup cake de beterraba com aveia	mamão e morango	suco natural de uva
4a-feira	pão de queijo	banana	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
5a-feira	cookies de aveia	manga deliciosa	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
6a-feira	mini tortinhas de legumes, lindas e deliciosas!	abacaxi doce	iogurte batido

CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAIVOTA - KIT LANCHE - PERÍODO DE 08-12/NOVEMBRO DE 2021

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira	pão francês com carne moída	maçã vermelha	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
3a-feira	cup cake de beterraba com aveia	mamão e morango	suco natural de uva
4a-feira	pão de queijo	banana	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
5a-feira	cookies de aveia	manga deliciosa	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
6a-feira	mini tortinhas de legumes, lindas e deliciosas!	abacaxi doce	iogurte batido