



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 GAVOTA - LANCHE INFANTIL - PERÍODO DE 15-19/NOVEMBRO DE 2021

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira		feriado	
3a-feira	bisnaguinha com requeijão	maçã vermelha	suco natural de caju
4a-feira	cup cake de iogurte com aveia	melão amarelinho e docinho	leite com chocolate
5a-feira	ovo cozido e uva passa	banana	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
6a-feira	pão de milho caseiro com queijo amarelo, uma fofura só	melancia	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal

CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAVOTA - KIT LANCHE - PERÍODO DE 15-19/NOVEMBRO DE 2021

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira		feriado	
3a-feira	bisnaguinha com requeijão	maçã vermelha	suco natural de caju
4a-feira	cup cake de iogurte com aveia	melão amarelinho e docinho	leite com chocolate
5a-feira	ovo cozido e uva passa	banana	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
6a-feira	pão de milho caseiro com queijo amarelo, uma fofura só	melancia	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal