



*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 06-10 DE DEZEMBRO DE 2021**

<b>Dia</b>	<b>Alimento Principal</b>	<b>Complemento</b>	<b>Bebida</b>
2a-feira	pão de forma com manteiga e presunto	melão amarelinho e docinho	suco natural de uva
3a-feira	cup cake de baunilha com aveia, sabor delicado e saboroso	manga	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	ovo cozido e uva passas	banana	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
5a-feira	cookies caseiros: com afeto	laranja docinha	suco natural de caju
6a-feira	mini panquecas americanas com requeijão	maçã vermelha	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal

**CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAVOTA - KIT LANCHE - PERÍODO DE 06-10 DE DEZEMBRO DE 2021**

<b>Dia</b>	<b>Alimento Principal</b>	<b>Complemento</b>	<b>Bebida</b>
2a-feira	pão de forma com manteiga e presunto	melão amarelinho e docinho	suco natural de uva
3a-feira	cup cake de baunilha com aveia, sabor delicado e saboroso	manga	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	ovo cozido e uva passas	banana	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
5a-feira	cookies caseiros: com afeto	laranja docinha	suco natural de caju
6a-feira	mini panquecas americanas com requeijão	maçã vermelha	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal