

## CARDÁPIO LANCHE - MAIO 2019



### 2ª FEIRA



- Pão francês com recheio a gosto.
- Suco natural / integral ou achocolatado.
- Kiwi ou maçã.

### 3ª FEIRA



- Bolo simples da preferência.
- Suco natural / integral ou chá.
- Mexerica ou caqui.

### 4ª FEIRA



- Cookies integrais ou bolacha doce sem recheio.
- Suco natural ou integral ou iogurte.
- Tomatinho cereja com cubinhos de queijo.

### 5ª FEIRA



- Bisnaguinha com frios ou patê.
- Suco natural / integral ou achocolatado.
- Dia da Fruta Comunitária para todos os alunos (vide abaixo).

### 6ª FEIRA



- Pão de queijo ou esfiha de carne,
- Suco natural / integral ou Yakult.
- Pera, banana ou uva.

**FRUTA:** todos os dias a fruta será comunitária, enviando apenas uma opção de fruta, que dividiremos entre os colegas (Níveis I, II e III).

\*Alunos dos 1ºs Anos farão esta dinâmica somente na quinta-feira.

**Segue dicas de frutas para todos os alunos participantes do Dia da Fruta Comunitária:** Abacate, Melão, Banana, Maçã e Melancia.

**ANIVERSÁRIOS:** Informamos que os aniversários comemoraremos somente com um bolo e suco/refrigerante após o lanche. Os mesmos agendar com a coordenação.

**LEMBRETE:** São proibidos refrigerantes, salgadinhos, doces em geral, fora da solicitação do cardápio.

