



Cardápio Sugerido

Validade: 06/05 - 07/06

Segunda

Crepioca OU cookies integrais + banana com aveia (enviar separadamente) + tomatinhos cereja + suco OU água de coco

Terça

Biscoitinho caseiro OU Tapioca com queijo coalho + Mix de castanhas + suco OU água de coco + fruta

Quarta

Bolo de cenoura + fatia de queijo branco OU torradinha integral com patê ou creme de ricota (enviar separadamente) + suco + fruta

Quinta

Pastel de forno integral OU pão de queijo + suco + fruta

Sexta

Brioche com creme de ricota OU iogurte com cereais (enviar separadamente) + suco + fruta

★★★ DICA DO MÊS ★★★

Crepioca

Em um recipiente, bata bem o ovo. Em seguida, adicione a goma de tapioca e bata novamente (pode bater com um garfo mesmo), até obter uma mistura homogênea. Coloque todo o conteúdo em uma frigideira antiaderente levemente quente e mantenha em fogo baixo. Deixe por alguns segundos e vire para dourar do outro lado. Não é necessário untar com óleo, azeite ou manteiga

Observações importantes:

- Os alimentos que necessitam de refrigeração deverão ser personalizados com o nome da criança e a respectiva turma.
- Só deverá ser enviada apenas a quantidade de alimentos que a criança costuma lanchar.
- Todo lanche que sobrar, será devolvido na lancheira, para um melhor acompanhamento da família.