



CONSULTORIA NUTRICIONAL  
KARINE DURÃES (CRN 19559)  
ESPECIALIZADA EM PEDIATRIA PELA FMUSP  
(11) 96435-5981

**CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAVOTA - LANCHE INFANTIL - PERÍODO DE 03-07 DE MAIO DE 2021**

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira	biscoito de polvilho	maçã vermelha	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
3a-feira	cup cake de banana: com aveia	tangerina	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	cookies caseiros: com afeto	banana	suco natural de caju com limão
5a-feira	pão francês com carne moída	ameixa	leite com chocolate em pó
6a-feira	pizza caseira deliciosa	laranja	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal

**CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAVOTA - KIT LANCHE - PERÍODO DE 03-07 DE MAIO DE 2021**

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira			
3a-feira	cup cake de banana: com aveia	tangerina	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	cookies caseiros: com afeto	banana	suco natural de caju com limão
5a-feira	pão francês com carne moída	ameixa	leite com chocolate em pó
6a-feira	pizza caseira deliciosa	laranja	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal