



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

CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAIVOTA - LANCHE INFANTIL - PERÍODO DE 28-30/JUNHO DE 2021

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira	ovo cozido	maçã vermelha	suco natural de caju com limão
3a-feira	pão de queijo	tangerina	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	milho cozido, mini cupcake de milho, mini pão bolinha		suco natural de uva
5a-feira	Início de férias		
6a-feira			

CARDÁPIO DA ESCOLA FERNÃO GAIVOTA - KIT LANCHE - PERÍODO DE 28-30/JUNHO DE 2021

Dia	Alimento Principal	Complemento	Bebida
2a-feira			
3a-feira	pão de queijo	tangerina	suco de fruta fresca, levemente adoçado com açúcar cristal
4a-feira	milho cozido, minicup cake de milho, mini pão bolinha	banana	suco natural de uva
5a-feira	Início de férias		
6a-feira			