# **COLÉGIO ESTIMOARTE**

## Educação Infantil e Ensino Fundamental

**Florianópolis 24 de Março de 2015.** 

Senhores Pais: segue abaixo o cardápio do lanche coletivo referente ao mês de **ABRIL**

## TURMA: GI-B (15 Alunos) PROFESSORA: GRASIELA

Observar com carinho a quantidade de alunos da turma. O lanche deverá ser suficiente para todos. O que não for consumido será devolvido. Trazer as três opções de frutas que estão sendo sugeridas.

|  |  |
| --- | --- |
| **2a feira** | **3a feira** |
| FRUTAS DA ÉPOCA (Maçã, melão) suficientes para consumo;   * **Vitamina de frutas (leite, mamão, banana, maçã)** * Cookies integral | FRUTAS DA ÉPOCA (Pêra, banana) suficientes para consumo;   * Esfiha de carne * **Suco feito com polpa de frutas (maracujá ou pêssego)** |
| **4a feira** | **5a feira** |
| FRUTAS DA ÉPOCA (Ameixa, mamão) suficientes para consumo.  ***Lanche preparado quinzenalmente pela turma:***  Descrição: http://i.istockimg.com/file_thumbview_approve/17892082/3/stock-illustration-17892082-chef-hat.jpg*Atenção: Os pais receberão toda 2a feira através da agenda a listagem dos ingredientes que deverão ser entregues até 4a feira.*   * Muffins de maçã * Leite * Chocolate em pó * Açúcar mascavo | FRUTAS DA ÉPOCA (Maçã, abacate) suficientes para consumo;   * Pão integral (fatiado) * Frango desfiado * Requeijão * Alface * Tomate * Suco de laranja |
| **6ªfeira** |  |
| FRUTAS DA ÉPOCA (Pêra, maçã) suficientes para consumo;  Descrição: http://i.istockimg.com/file_thumbview_approve/17892082/3/stock-illustration-17892082-chef-hat.jpg   * Bolo Pão de mel (Receita em anexo) * **Suco feito com polpa de frutas (abacaxi)** | **Encaminhar para o colégio junto ao lanche:**   * 250 gramas de açúcar mascavo; * 250 gramas de açúcar branco. |

**O lanche deverá estar no colégio até as 14 horas**

**observação**: Não adicionar açúcar no preparo de sucos e vitaminas, somente individualmente, quando solicitado. Os cereais, como aveia e granola, serão oferecidos com leite, frutas e/ou feito mingau.

Nos aniversários comemorados na escola e já informados anteriormente, não será necessário o envio de convites para casa. Enviaremos convites somente se o aniversário for comemorado em local diferenciado. Os aniversários comemorados no horário de lanche poderão ser compartilhados por no máximo 3 adultos da família. Pedimos a compreensão e colaboração dos pais.

Senhores Pais ou Responsáveis:

**Lanche cheiroso, de aparência agradável, estimula a criança a comer. Além de ser imprescindível para manter a saúde de seu filho. Favor prestar atenção à qualidade, quantidade e validade dos produtos enviados à escola.**

\_ Bruna Cavalheiro

Nutricionista