



**Colégio**  
**Nossa Senhora das Neves**  
*Orientando para o Bem, o Justo e o Verdadeiro*

**Sugestão alimentar Educação Infantil 2020**

<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA FEIRA</b>
1 fatia de torta salgada (frango, carne ou legumes) pequena 1 copo de suco	1 bisnaguinha com requeijão 1 copo de suco 1 fatia pequena de mamão picadinho	1 copo pequeno de salada de frutas (pode adicionar 1 colher pequena de granola)	1 salgado assado 1 copo de suco	1 sanduiche de 1 fatia de pão cortada ao meio com queijo e presunto 1 copo de suco natural
<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA FEIRA</b>
1 fatia de bolo de cenoura sem cobertura 1 copo de suco	1 bisnaguinha com geléia ou doce 1 copo de suco ½ maçã	1 club social integral 1 leite fermentado	1 pão de queijo 1 copo de suco	1 iogurte de copinho com pedaços de frutas
<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA FEIRA</b>
4 bolachas caseiras 1 iogurte de garrafinha	1 bisnaguinha com queijo e presunto 1 copo de suco 1 fatia pequena de mamão picadinho	4 biscoitos de polvilho 1 iogurte de garrafinha	1 salgado assado 1 copo de suco	1 sanduiche de 1 fatia de pão cortada ao meio com requeijão e peito de peru 1 copo de suco natural
<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA FEIRA</b>
½ sanduiche natural 1 copo de suco	1 bisnaguinha com margarina 1 copo de suco 3 morangos	2 danoninhos (petit suice) 1 banana	1 pão de queijo 1 copo de suco	1 fatia de pão caseiro com margarina 1 copo de suco natural