

**CARDÁPIO MENSAL DO ENSINO PARCIAL/EJA JUNHO/2022 - DIABETES - GRUPO 1**

DATA		LANCHE
06/06	2ª	Café com Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
07/06	3ª	Minestra + Repolho Roxo (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
08/06	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Inglesa, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo )
09/06	5ª	Suco de Uva Integral + Pão Integral com Pasta de Amendoim + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)
10/06	6ª	Risoto de Frango + Beterraba (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
13/06	2ª	Achocolatado em pó Diet + Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
14/06	3ª	Minestra + Repolho (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
15/06	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Doce, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo )
16/06	5ª	FERIADO
17/06	6ª	Risoto de Frango + Cenoura (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
20/06	2ª	Café com Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
21/06	3ª	Minestra + Repolho (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
22/06	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Inglesa, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo )
23/06	5ª	Suco de Fruta + Adoçante + Pão Integral com Doce de Banana sem Açúcar + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)
24/06	6ª	Risoto de Frango + Beterraba (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
27/06	2ª	Café com Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
28/06	3ª	Minestra + Cenoura (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
29/06	4ª	Suco de Fruta + Adoçante + Pizza (Frango, Molho - Cebola e Tomate, Orégano e Queijo) (1 Caneca + 1 Fatia)
30/06	5ª	Suco de Fruta + Adoçante + Pão Integral com Nata + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)
01/07	6ª	Risoto de Frango + Couve Folha (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)

**CARDÁPIO MENSAL DO ENSINO PARCIAL/EJA JUNHO/2022 - DIABETES - GRUPO 2**

DATA		LANCHE
06/06	2ª	Café com Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
07/06	3ª	Minestra + Repolho Roxo (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
08/06	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Inglesa, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo)
09/06	5ª	Risoto de Frango + Beterraba (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
10/06	6ª	Suco de Uva Integral + Pão Integral com Pasta de Amendoim + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)
13/06	2ª	Achocolatado em pó Diet + Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
14/06	3ª	Minestra + Repolho (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
15/06	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Doce, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo)
16/06	5ª	FERIADO
17/06	6ª	Suco de Fruta + Adoçante + Pão Integral com Creme Vegetal + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)
20/06	2ª	Café com Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
21/06	3ª	Minestra + Repolho (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
22/06	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Inglesa, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo)
23/06	5ª	Risoto de Frango + Beterraba (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
24/06	6ª	Suco de Fruta + Adoçante + Pão Integral com Doce de Banana sem Açúcar + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)
27/06	2ª	Café com Leite + Adoçante + Biscoito Diet + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)
28/06	3ª	Minestra + Cenoura (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
29/06	4ª	Suco de Fruta + Adoçante + Pizza (Frango, Molho - Cebola e Tomate, Orégano e Queijo) (1 Caneca + 1 Fatia)
30/06	5ª	Risoto de Frango + Couve Folha (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)
01/07	6ª	Suco de Fruta + Adoçante + Pão Integral com Nata + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)