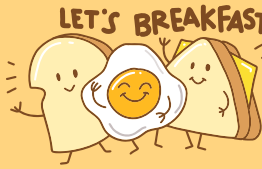


Setembro: Cardápio de Café da Manhã

Menu Pré-K/ECC

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	1-set ----	2-set	3-set Muffin de milho integral com pera, frutas variadas e suco. Leite: 1%, desnatado, sem lactose e chocolate.	4-set Smoothie de morango e banana com frutas variadas, suco e leite: 1%, desnatado, sem lactose e chocolate.
	7-set Sem escola	9-set Muffin integral com gotas de chocolate, maçã, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	10-set Bagel integral arco-íris com cream cheese, pera, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	11-set Smoothie de manga e abacaxi, biscoitos integrais Graham, purê de maçã, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.
14-set Cereais integrais variados com baixo teor de açúcar, pera, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	15-set Pão de banana integral com laranja, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	16-set Pão integral com baixo teor de açúcar, ameixa, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	17-set Pão integral com canela e baixo teor de açúcar, maçã, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	18-set Cereais integrais variados com baixo teor de açúcar, pera, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.
21-set Cocoa Puffs integral com baixo teor de açúcar, pera, frutas sortidas, suco. Leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	22-set Flocos de Cereal Integrais com Baixo Teor de Açúcar, Sabor Laranja, Frutas Sortidas, Suco, Leite: 1%, Desnatado, Sem Lactaid, Chocolate	23-set Bagels integrais com cream cheese, banana, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	24-set Grãos integrais variados, arroz com baixo teor de açúcar, Chex de ameixa, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	25-set Cereal integral, multigrain com baixo teor de açúcar, Cheerios sabor maçã, frutas sortidas, suco. Leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.
28-set Flocos de Cereal Integrais com Baixo Teor de Açúcar, Pera, Frutas Variadas, Suco, Leite: 1%, Desnatado, Sem Lactaid, Chocolate	29-set Bagels integrais com cream cheese, purê de maçã, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	30-set Sortido de cereais integrais, baixo teor de açúcar, canela, torrada crocante, banana, frutas variadas, suco, leite: 1%, desnatado, sem lactose, chocolate.	1-out	2-out

Esta instituição oferece oportunidades iguais a todos. Observação: Se você tiver alguma alergia alimentar, informe o gerente da cozinha.



SALEM
PUBLIC SCHOOLS
Where belonging leads to opportunity.

HARVEST
of the **MONTH**
TOMATOES



SALEM
FOOD AND NUTRITION
SERVICES