



BOLO DE AVEIA COM FRUTA

INGREDIENTES

Açúcar - 1 ½ xícara
Aveia - 1 caixa de 250g
Bananas - 4 unidades
Fermento Químico - 1 colher (sopa)
Óleo de Soja - ½ xícara
Ovos – 3 unidades

MODO DE FAZER

Liquidificar as bananas, o óleo e os ovos.
Misturar aos demais ingredientes (secos).
Assar em forma untada.
*Pode substituir as bananas por Maçãs – 2 unidades

RENDIMENTO

10 porções

Equipe Técnica de Nutricionistas
Núcleo de Alimentação Escolar/SMEd