

DATA	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Lanche da manhã - Infantil	Pão de milho com requeijão/ Cookies integrais Suco de polpa Fruta	Pão de queijo assado/ Pão francês com cream cheese Suco de polpa Fruta	Bolo de cenoura caseiro/ Sequinhos Leite com chocolate Fruta	Queijo quente/ Bisnaguinha com patê de requeijão e ervas Suco de polpa Fruta	Bolo de fubá caseiro/ Biscoito de polvilho Iogurte Fruta	
Lanche da manhã - Fundamental II	X - Salada caseiro Sucos de polpa Fruta	Pão de queijo Sucos de polpa Fruta	Bolo de cenoura caseiro Sucos de polpa Fruta	Torta de frango Sucos de polpa Fruta	Bolo de fubá caseiro Sucos de polpa Fruta	
REFEIÇÃO	Prato Principal Guarnição Prato Base Salada Sobremesa	Carne assada ao molho tipo madeira Farofa com legumes Arroz Feijão carioca Escarola e pepino Fruta	Frango assado ao limão Abobrinha sauté Arroz Feijão carioca Repolho Fruta	Feijoada light Farofa / Couve refogada Arroz Feijão preto Vinagrete Fruta	Hambúrguer grelhado Macarrão ao molho nutritivo (tomate, cenoura e beterraba) Opcional: Arroz Feijão carioca Brócolis e cenoura Fruta	Filé de peixe com ervas Batatas sauté Arroz ovelhinha Feijão carioca Alface e tomate Salada de frutas ao suco de laranja
Lanche da tarde - infantil	Mini X- salada caseiro/ Rosquinha de leite Iogurte Fruta	Mini sanduíche de carne louca/ Bisnaguinha com requeijão Suco de polpa Fruta	Flocos de milho/ Biscoito de polvilho Iogurte Fruta	Torta de frango/ Torradas com cream cheese Suco de polpa Fruta	Grissini assado/ Pão francês com requeijão Suco de polpa Fruta	

Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade de alimentos

*Em casos de recusa alimentar ao lanche descrito no cardápio, poderá haver a oferta de outras opções de lanche de valor nutricional similar.

** As frutas são ofertadas de acordo com a safra e disponibilidade. São ofertadas frutas variadas diariamente.

***A oferta dos sucos de polpa varia de acordo com a safra e disponibilidade. São ofertados sucos variados diariamente.

Os sabores ofertados do suco de polpa são: Maracujá, uva, manga, goiaba, cajú, melancia, abacaxi, limão, laranja, melão e tangerina.

Ana Gabriela Lino- Nutricionista - CRN3 51820

DATA	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Lanche da manhã - Infantil	Bisnaguinha com manteiga/ Sequilhos Leite com chocolate Fruta	Pão sovado com patê de ricota temperada/ Rosquinha de chocolate Suco de polpa Fruta	Lanche natural (pão de forma, queijo, alface e tomate)/ Cookies integrais Suco de polpa Fruta	Mini brusquetas de queijo e tomate/ Bisnaguinha com requeijão Suco de polpa Fruta	Flocos de milho/ biscoito água e sal com cream cheese Iogurte Fruta	
Lanche da manhã - Fundamental II	Wrap de queijo, acelga e cenoura Sucos de polpa Fruta	Bolo formigueiro Sucos de polpa Fruta	Lanche natural (pão de forma, queijo, tomate e alface) Sucos de polpa Fruta	Bolo de chocolate Sucos de polpa Fruta	Torta de atum Sucos de polpa Fruta	
REFEIÇÃO	Prato Principal	Omelete com espinafre	Estrogonofe de frango	Guisado de carne com legumes	Suíno chapeado	Filé de frango grelhado
	Guarnição	Suflé de abobrinha	Batata palha	Cenoura sauté	Macarrão com ervas Opcional: Molho de tomate	Escarola refogada
	Prato Base	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão preto	Opcional: Arroz Feijão carioca	Arroz ovelhinha Feijão carioca
	Salada	Beterraba ralada	Rúcula com pepino	Acelga com beterraba ralada	Couve fininha	Grão de bico com tomate
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Pudim de coco
Lanche da tarde - infantil	Mini wrap de queijo, acelga e cenoura/ Queijo quente Suco de polpa Fruta	Bolo formigueiro/ Biscoito de polvilho Leite com chocolate Fruta	Pão francês com requeijão/ mini pão de queijo Suco de polpa Fruta	Bolo de chocolate / Torradas Iogurte Fruta	Torta de atum/ Pão francês com requeijão Suco de polpa Fruta	

Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade de alimentos

*Em casos de recusa alimentar ao lanche descrito no cardápio, poderá haver a oferta de outras opções de lanche de valor nutricional similar.

** As frutas são ofertadas de acordo com a safra e disponibilidade. São ofertadas frutas variadas diariamente.

***A oferta dos sucos de polpa varia de acordo com a safra e disponibilidade. São ofertados sucos variados diariamente.

Os sabores ofertados do suco de polpa são: Maracujá, uva, manga, goiaba, cajú, melancia, abacaxi, limão, laranja, melão e tangerina.

Ana Gabriela Lino- Nutricionista - CRN3 51820