

ALMOÇO – FUNDAMENTAL E MÉDIO

	Segunda-Feira 09/09/2019	Terça-feira 10/09/2019	Quarta-feira 11/09/2019	Quinta-feira 12/09/2019	Sexta-feira 13/09/2019
OPÇÕES DE ARROZ	Arroz Colorido/Arroz integral	Arroz Branco/Arroz integral com cenoura	Arroz Colorido/Arroz integral	Arroz Branco/Arroz integral com brócolis	Arroz Colorido/Arroz integral
LEGUMINOSA	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Nutritivo	Feijão Carioca	Feijão Carioca
SUCO DE POLPA	Laranja/ Manga	Laranja/ Tangerina	Laranja/ Morango	Laranja/ Uva	Laranja/ Goiaba
Prato Principal	Espaguete à Parisiense	Lagarto assado recheado ao molho madeira	Cubos de Frango ao molho agridoce	Strogonoff de Frango	Almôndegas assada ao molho sugo
	Bife grelhado acebolado	Filé de Frango com ervas	Hambúrguer à Pizzaiolo	Bife grelhado na Salsa	Filé de frango grelhado com cebolas roxas
GUARNIÇÃO	Brócolis com milho ao alho	Farofa Rica	Acelga com tomate cereja refogada	Batata palha	Legumes na Salsa
SALADAS	Alface crespa com ovos de codorna /Refrescante/Lentilha Temperada	Mix de folhas com linhaça dourada /Maionese de Legumes	Alface americana com alface roxa/Tomate meia Lua com azeitonas/Pepino Japonês	Alface lisa com repolho roxo / Cenoura em rodela temperada	Rúcula com Manga/ Batata doce com ervas/ Tomate em rodela com polenguinho
MOLHO PARA SALADAS	Siciliano	Ervas	Alho	Manjeriço	Rose
SOBREMESA	Abacaxi com carambola	Gelatina Mosaico/ Fruta da Época	Melancia fatiada	Duo de frutas	Doce de banana/ Fruta da Época

	Segunda-Feira 09/09/2019	Terça-feira 10/09/2019	Quarta-feira 11/09/2019	Quinta-feira 12/09/2019	Sexta-feira 13/09/2019
LANCHE	Torrada/Mini pão francês com parmesão	Cereal/ Mini pão francês	Baguete de parmesão/ mini pão francês	Cream cracker/ pão de leite	Duo de pão francês
	Polenguinho, Manteiga, Cream Cheese e Mel	Manteiga, Cream cheese e geleia	Queijo branco, Cream cheese, manteiga e geleia	Manteiga, Cream cheese e geleia	Queijo prato, Manteiga, Cream Cheese e geleia
BEBIDA	Chocolate quente	Leite puro	Chá de Ervas	Iogurte	Café com Leite
FRUTAS	Melão fatiado	Duo de Goiaba	Maçã	Mamão com aveia	Melancia cortada
SUCO DE POLPA	Suco de Laranja	Suco de Morango	Suco de Maracujá	Suco de Manga	Suco de Caju

	Segunda-Feira 09/09/2019	Terça-feira 10/09/2019	Quarta-feira 11/09/2019	Quinta-Feira 12/09/2019	Sexta-Feira 13/09/2019
LANCHE	Queijo quente integral/ Rosquinhas de leite	Bolo Caseiro/ Mix de Castanhas	Mini pizza assada	Pão de batata recheado	Monte seu Rap 10 (Alface, Tomate, Peito de Peru e Requeijão)
FRUTA	Maçã	Laranja cortada	Banana com aveia e mel	Tangerina	Salada de Frutas com Granola
Bebida	Suco de Tangerina	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de Goiaba	Suco de Maracujá	Suco de Uva

Nutricionistas: Priscila Pilon CRN:26.001/Caroline Carvalho CRN:53.722

DEVIDO À NOSSA PREOCUPAÇÃO COM A QUALIDADE DOS PRODUTOS OFERECIDOS, O CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES, PRINCIPALMENTE COM RELAÇÃO A FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS.

