

ALMOÇO – FUNDAMENTAL E MÉDIO



		Segunda-Feira 11/02/2018	Terça-feira 12/02/2018	Quarta-Feira 13/02/2018	Quinta-Feira 14/02/2018	Sexta-Feira 15/02/2018
OPÇÕES DE ARROZ		Arroz Branco/ Arroz integral	Arroz Com Lentilha / Arroz integral	Arroz Branco / Arroz integral c/ cenoura	Arroz Colorido/ Arroz integral	Arroz Branco / Arroz integral
LEGUMINOSA		Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Nutritivo	Feijão Carioca
SUCO DE POLPA		Laranja/Maracujá	Laranja/ Uva	Laranja/Limão	Laranja/Caju	Laranja / Morango
Prato Principal	OPÇÃO 1	Bife ao Molho Escuro	Escondidinho de Carne	Feijoada Light	Espetinho Misto	Strogonoff de Carne
	OPÇÃO 2	Ovos mexidos	Coxa e Sobrecoxa Assada	Filé de Frango Acebolado	Macarrão de Verão	Cubos de Frango à Moda do Chef
GUARNIÇÃO		Brócolis gratinado	Abobrinha na Salsa	Virado de Couve	Mandioquinha com Cenoura Baby Sauté	Batata Palha
SALADAS	OPÇÃO 1	Alface Americana	Escarola com Tomate Cereja	Alface Crespa	Repolho Roxo	Acelga
	OPÇÃO 2	Pepino Agridoce	Batata Bolinha ao Vinagrete	Vinagrete	Grão de Bico temperado	Berinjela a Italiana
	OPÇÃO 3	Beterraba Ralada	Salada Refrescante	Vagem com Cenoura Baby	Batata Doce	Salada Ceaser
MOLHO PARA SALADAS		Italiano	Ervas	Siciliano	Iogurte	Mostarda
SOBREMESA		Abacaxi	Paçoca Cremosa/Fruta da Época	Laranja	Sagu de Uva/Fruta da Época	Duo de Uva com Ameixa

		Segunda-Feira 11/02/2018	Terça-feira 12/02/2018	Quarta-Feira 13/02/2018	Quinta-Feira 14/02/2018	Sexta-Feira 15/02/2018
LANCHE	Pães	Biscoito doce /Baguete de Parnesão/ /integral	Mini pão Preto/ Francês/integral	Muffin de Cacau caseiro/ francês/integral	Mini pão de Mandioquinha /Francês/integral	Cereal/francês/integral
	Complementos	Peito de Peru/Manteiga/geleia	Queijo Branco/ Manteiga/geleia	Cream Cheese/ manteiga/geleia	Manteiga/ Cream Cheese/ geleia	Polenguinho/ Manteiga/geleia
BEBIDA		Ovomaltine	Vitamina de Maracujá	Chá de Frutas Vermelhas	Danone de chocolate	Leite frio
FRUTAS		Melão	Banana/ Fruta da Época	Mamão	Melancia/Fruta da época	Kiwi com Morango
SUCO DE POLPA		Pêssego	Goiaba	Morango	Uva	Manga

		Segunda-Feira 11/02/2018	Terça-feira 12/02/2018	Quarta-Feira 13/02/2018	Quinta-Feira 14/02/2018	Sexta-Feira 15/02/2018
LANCHE	OPÇÃO 1	Croissant de Presunto e Queijo	Broinha de Milho	Lanche Queijo frio	Esfiha de Carne Aberta	Waffle com Mel
	OPÇÃO 2	Mix Equilibrado	Torrada com cheddar	Biscoito doce	Bolinho	Polvilho
FRUTA		Tangerina	Uva Thompson/Fruta da época	Melão	Maçã/Fruta da época	Manga
Bebida		Maracujá	Laranja	Iogurte de Morango	Tangerina	Acerola

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

Nutricionista: Priscila Pilon CRN: 26001/ Caroline Carvalho CRN:53722

