

# ALMOÇO – FUNDAMENTAL E MÉDIO



		<b>Segunda-Feira 13/05/2019</b>	<b>Terça-feira 14/05/2019</b>	<b>Quarta-Feira 15/05/2019</b>	<b>Quinta-Feira 16/05/2019</b>	<b>Sexta-Feira 17/05/2019</b>
<b>OPÇÕES DE ARROZ</b>		Arroz Colorido/ Arroz Integral	Arroz Branco/ Arroz Integral com cenoura	Arroz Branco/ Arroz integral com lentilha	Arroz Colorido/ Arroz integral	Arroz Branco/ Arroz Integral com coentro
<b>LEGUMINOSA</b>		Feijão Carioca	Feijão Nutritivo	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
<b>SUCO DE POLPA</b>		Laranja/ Abacaxi	Laranja/ Goiaba	Laranja/ Maracujá	Laranja/ Tangerina	Laranja/ Uva
<b>Prato Principal</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	Escalope ao Molho Madeira	Peito de Frango Recheado ao Molho Laranja	Espaguete à Parisiense	Frango a Passarinho no forno	Bife à Francesa
	<b>OPÇÃO 2</b>	Filé de Frango com Azeitonas	Torta Madalena de Carne	Linguíça Assada Acebolada	Cubos de Carne com Cenoura e Batata	Peixe à Moda do Chef
<b>GUARNIÇÃO</b>		Virado de Abobrinha	Brócolis Gratinado	Chuchu na Salsa	Creme de Milho	Espinafre com Tomate Cereja
<b>SALADAS</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	Agrião com Manga	Duo de Alface Mimosa com Roxa e Quinoa em grãos	Salada Verão	Alface Americana com Morangos	Acelga com Almeirão e Linhaça Dourada
	<b>OPÇÃO 2</b>	Salada Refrescante	Salada Crocante	Tomate com Atum	Soja ao Vinagrete	Couve flor com Cenoura Palito
	<b>OPÇÃO 3</b>	Maionese de Legumes	Vagem com Tomate Cereja	Beterraba Cozida Acebolada	Pepino com Rabanete	Abobrinha Temperada
<b>MOLHO PARA SALADAS</b>		Siciliano	Iogurte	Manjericão	Oriental	Italiano
<b>SOBREMESA</b>		Melão com Laranja	Sagu de Uva/ Fruta da Época	Goiaba Vermelha	Pudim de Baunilha com Calda/Fruta da Época	Melancia com Kiwi

		<b>Segunda-Feira 13/05/2019</b>	<b>Terça-feira 14/05/2019</b>	<b>Quarta-Feira 15/05/2019</b>	<b>Quinta-Feira 16/05/2019</b>	<b>Sexta-Feira 17/05/2019</b>
<b>LANCHE</b>	<b>Pães</b>	Bolinho de Chocolate Mini Francês com Parmesão e Mini Integral	Mini Roseta Doce Mini Francês e Mini Integral	Pão de Beterraba Mini Francês e Mini Integral	Cereal Mini Francês e Mini Integral	Pão De Coco Mini Francês e Mini Integral
	<b>Complementos</b>	Queijo Mussarela, Manteiga e Geleia	Cream Cheese, Manteiga e Geleia	Peito de Peru, Cream Cheese e Manteiga	Cream Cheese, Manteiga e Mel	Polenguinho, Manteiga e Geleia
<b>BEBIDA</b>		Ovomaltine	Iogurte de Morango	Chá Hibisco	Leite Puro	Café com Leite
<b>FRUTAS</b>		Duo de Maças	Melancia	Mamão com Carambola	Banana, Aveia e Mel	Pêssego
<b>SUCO DE POLPA</b>		Morango	Manga	Acerola	Caju	Laranja

		<b>Segunda-Feira 13/05/2019</b>	<b>Terça-feira 14/05/2019</b>	<b>Quarta-Feira 15/05/2019</b>	<b>Quinta-Feira 16/05/2019</b>	<b>Sexta-Feira 17/05/2019</b>
<b>LANCHE</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	Lanche Natural com Baguete de Gergelim	Mix de Salgados assados	Pão de Queijo Assado	Bisnaguinha de Cenoura com Patê de Atum	Bolo Caseiro
	<b>OPÇÃO 2</b>	Rosquinhas de Coco e Leite	Milho Cozido	Barrinha de Cereais	Biscoito de Aveia e Mel	Torrada Com Requeijão
<b>FRUTA</b>		Abacaxi com Hortelã	Tangerina	Uva Thompson com Melão	Pêra	Salada de Frutas
<b>Bebida</b>		Vitamina de Morango	Suco de Abacaxi com Hortelã	Suco de Morango	Suco de Melancia com Água de Coco	Leite com Achiote

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, LEGUM

ES E VERDURAS.

