



Cardápio

INTEGRAL

				QUARTA - 01	QUINTA - 02	SEXTA - 03
SEMANA 1	ALMOÇO 11h 30min	ACOMPANHAMENTO		<u>FERIADO</u>	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão
		PRATO PRINCIPAL			Isca de frango grelhada	Maminha desfiada
		OPÇÃO			Ovo cozido	Cubinhos de frango
		GUARNIÇÃO			Purê de batata	Batata doce assada
		SALADA			Alface	Tomate
		BEBIDA			Suco de uva	Suco de açaí
		SOBREMESA			Maçã	Uva
	LANCHE 1 14h 30min	BEBIDA			Suco de morango	Suco de caju
		LANCHE			Italianinho de frango	Bisnaguinha com queijo branco
		SOBREMESA			Abacaxi	Laranja

*Cardápio sujeito a alterações.

Nutricionista **Renata Oliveira** CRN 55511



Cardápio

INTEGRAL

		SEGUNDA - 06	TERÇA - 07	QUARTA - 08	QUINTA - 09	SEXTA - 10	
SEMANA 2	ALMOÇO 11h 30min	ACOMPANHAMENTO	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	
		PRATO PRINCIPAL	Strogonof de frango	Isca de carne acebolada	Panqueca à bolonhesa	Bolinho de frango	Carne com legumes
		OPÇÃO	Omelete com legumes	Frango desfiado com cenoura	Isca de frango	Ovo na chapa	Isca de frango
		GUARNIÇÃO	Batata sauté	Berinjela assada	Quibebe	Legumes sauté	Mandioca cozida
		SALADA	Alface com tomate	Cenoura ralada	Vagem	Mix de folhas	Tomate cereja
		BEBIDA	Suco de tangerina	Suco de pêsego	Suco de morango	Suco de melancia	Suco de maracujá
		SOBREMESA	Maçã	Laranja	Abacaxi	Banana	Salada de frutas
	LANCHE 1 14h 30min	BEBIDA	Suco de goiaba	Suco de limão	Suco de laranja com beterraba	Suco de caju	Suco de manga
		LANCHE	Mini pão de batata com ricota	Mini francês com ovos mexidos	Bisnaguinha com patê de frango	Mini pão de queijo	Bolo de cenoura com chocolate
		SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Abacaxi	Melancia

*Cardápio sujeito a alterações.

Nutricionista **Renata Oliveira** CRN 55511



Cardápio

INTEGRAL

		SEGUNDA - 13	TERÇA - 14	QUARTA - 15	QUINTA - 16	SEXTA - 17	
SEMANA 3	ALMOÇO 11h 30min	ACOMPANHAMENTO	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão
		PRATO PRINCIPAL	Almôndega ao sugo	Carne cozida com cenoura	Isca de carne grelhada	Feijoada Kids (carne bovina e legumes)	Isca de frango colorida
		OPÇÃO	Isca de peixe no fubá	Cubinhos de frango	Filé de frango	Cubinhos de frango	Ovo na chapa
		GUARNIÇÃO	Purê de batata	Mandioquinha sauté	Creme de espinafre	Farofa de ovo	Tutu
		SALADA	Abóbora	Tomate	Alface	Cenoura	Rúcula com tomate
		BEBIDA	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de goiaba	Suco de caju	Suco de laranja com acerola	Suco de uva
		SOBREMESA	Salada de frutas	Laranja	Maçã	Abacaxi	Melancia
	LANCHE 14h 30min	BEBIDA	Suco de maracujá	Suco de melancia	Suco de morango	Suco de limão com couve	Água de coco
		LANCHE	Esfiha de carne	Mini pão de queijo	Bolo de laranja	Sanduíche de ricota com cenoura	Lanche natural
		SOBREMESA	Abacate	Banana	Abacaxi	Melão	Salada de frutas

*Cardápio sujeito a alterações.



Cardápio

INTEGRAL

		SEGUNDA - 20	TERÇA - 21	QUARTA - 22	QUINTA - 23	SEXTA - 24	
SEMANA 4	ALMOÇO 11h 30min	ACOMPANHAMENTO	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	
		PRATO PRINCIPAL	Carne com batata	Escondidinho de carne moída	Hamburguinho de aveia	Almôndega de frango	Bife
		OPÇÃO	Filé de frango	Ovo cozido	Isca de frango	Omelete	Cubinhos de frango
		GUARNIÇÃO	Ratatoule	Repolho refogado	Batata assada	Polenta	Abobrinha refogada
		SALADA	Abóbora	Tomate	Alface	Cenoura	Rúcula com tomate
		BEBIDA	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de goiaba	Suco de caju	Suco de laranja com acerola	Suco de uva
		SOBREMESA	Salada de frutas	Laranja	Maçã	Abacaxi	Melancia
LANCHE 14h 30min	BEBIDA	Suco de pêssego	Suco de tangerina	Água de coco	Suco de uva	Suco de frutas vermelhas	
	LANCHE	Bisnaguinha com patê de beterraba	Mini pão de batata com requeijão	Mini francês com ovos mexidos	Cookies de aveia	Sanduíche de forno com frango	
	SOBREMESA	Laranja	Maçã	Uva	Mamão	Melão	

*Cardápio sujeito a alterações.



Cardápio

INTEGRAL

		SEGUNDA - 27	TERÇA - 28	QUARTA - 29	QUINTA - 30	SEXTA - 31	
SEMANA 5	ALMOÇO 11h 30min	ACOMPANHAMENTO	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	
		PRATO PRINCIPAL	Carne moída com cenoura	Carne de panela	Stroganof de carne	Frango Assado	Isca de frango com requeijão
		OPÇÃO	Omelete	Frango com quiabo	Isca de frango	Ovo na chapa	Ovo cozido
		GUARNIÇÃO	Brócolis ao alho	Abóbora assada	Legumes grelhados	Creme de milho	Vagem sautê
		SALADA	Beterraba	Abobrinha	Rúcula com tomate cereja	Vinagrete	Grão de bico
		BEBIDA	Suco de açaí com morango	Suco de abacaxi	Suco de limão	Suco de goiaba	Suco de abacaxi com hortelã
		SOBREMESA	Banana	Melão	Uva	Salada de frutas	Mamão
	LANCHE 14h 30min	BEBIDA	Suco de laranja com cenoura	Suco de maracujá com morango	Suco de abacaxi	Suco de acerola	Suco de açaí com morango
		LANCHE	Mini pão de batata com queijo branco	Bolo mesclado	Mini pão de queijo	Bisnaguinha com requeijão	Mini francês com patê de cenoura e queijo branco
		SOBREMESA	Mamão	Melancia	Melão	Maçã	Banana

*Cardápio sujeito a alterações.

Nutricionista **Renata Oliveira** CRN 55511