

CARDÁPIO SEMANAL DO ALMOÇO / JANTAR

Dia	Prato principal	Guarnição	Arroz	Feijão Mágico	Salada	Sobremesa
Seg	Carne moída com cheiro verde	Cebola assada	simples	Agrião		Fruta
Ter	Filezinho ao molho madeira / Bife de peito de frango	Purê de batata e cenoura	simples	Espinafre	Alface, tomate / couve-flor, brócolis, cenoura, beterraba, folhas verde-escuras	Fruta
Qua	Macarrão sem gluten à bolonhesa	-	-	-		Gelatina
Qui	Peito de frango refogado / Carne de panela	Abobrinha refogada	simples	Simples		Fruta
Sex	Strogonoff saudável	Batata palha	simples	Couve		Fruta

*Cardápio sujeito a alterações durante o ano, de acordo com disponibilidade de insumos e condições climáticas.

**Toda a alimentação fornecida na escola é preparada diariamente por nossas Chefes e profissionais de Cozinha, utilizando sempre os melhores ingredientes frescos.



CARDÁPIO MENSAL DO LANCHE

Dia	Iguaria da manhã	Iguaria da tarde	Suco 1	Suco 2	Complemento
1	mini-pizza de sabores variados massa integral	pão de sal com presunto e requeijão	uva	abacaxi	cesta de frutas
2	tortinha de frango sem glúten	pão de queijo	acerola	maracujá	cesta de frutas
3	coxinha sem glúten	misto quente com pão de forma integral	morango	manga	cesta de frutas
4	misto quente com pão de forma integral	coxinha sem glúten	goiaba	caju	cesta de frutas
5	pão de queijo	tortinha de frango	manga	abacaxi	cesta de frutas
6	pão de sal com presunto e requeijão	mini-pizza de sabores variados massa integral	uva	caju	cesta de frutas
7	mini pão francês com muçarela e presunto	bolinha de batata doce com frango	caju	maracujá	cesta de frutas
8	mini pastel de frango	pão de milho com requeijão ou margarina	morango	tangerina	cesta de frutas
9	polenguinho com biscoito água e sal	biscoito de queijo	goiaba	uva	cesta de frutas
10	biscoito de queijo	polenguinho com biscoito água e sal	uva	abacaxi	cesta de frutas
11	pão de milho com requeijão ou margarina	mini pastel assado de frango	abacaxi	manga	cesta de frutas
12	mini pão francês com muçarela e presunto	bolinha de batata doce com frango	acerola	maracujá	cesta de frutas
13	bolinha de batata doce	mini pão francês com muçarela e presunto	morango	Caju	cesta de frutas
14	mini-pizza de sabores variados massa integral	pão de sal com presunto e requeijão	goiaba	uva	cesta de frutas
15	tortinha de frango sem glúten	pão de queijo	manga	abacaxi	cesta de frutas
16	coxinha sem glúten	misto quente com pão de forma integral	uva	manga	cesta de frutas
17	misto quente com pão de forma integral	coxinha sem glúten	acerola	uva	cesta de frutas
18	pão de queijo	tortinha de frango	morango	acerola	cesta de frutas
19	pão de sal com presunto e requeijão	mini-pizza de sabores variados massa integral	goiaba	tangerina	cesta de frutas
20	mini pão francês com muçarela e presunto	bolinha de batata doce com frango	uva	abacaxi	cesta de frutas
21	mini pastel assado de frango	pão de milho com requeijão ou margarina	abacaxi	manga	cesta de frutas
22	polenguinho com biscoito água e sal	biscoito de queijo	acerola	maracujá	cesta de frutas
23	biscoito de queijo	polenguinho com biscoito água e sal	morango	Caju	cesta de frutas
24	pão de milho com requeijão ou margarina	mini pastel assado de frango	goiaba	maracujá	cesta de frutas
25	bolinha de batata doce com frango	mini pão francês com muçarela e presunto	manga	abacaxi	cesta de frutas
26	mini-pizza de sabores variados massa integral	pão de sal com presunto e requeijão	uva	Caju	cesta de frutas
27	tortinha de frango	pão de queijo	uva	tangerina	cesta de frutas
28	coxinha sem glúten	misto quente com pão de forma integral	morango	acerola	cesta de frutas
29	misto quente com pão de forma integral	coxinha sem glúten	goiaba	uva	cesta de frutas
30	pão de queijo	tortinha de frango sem glúten	uva	abacaxi	cesta de frutas
31	pão de sal com presunto e requeijão	mini-pizza de sabores variados massa integral	abacaxi	manga	cesta de frutas

*Cardápio sujeito a alterações durante o ano, de acordo com disponibilidade de insumos e condições climáticas.

**Toda a alimentação fornecida na escola é preparada diariamente por nossas Chefes e profissionais de Cozinha, utilizando sempre os melhores ingredientes frescos.

CARDÁPIO DE PAPINHAS, SUCOS E FRUTAS - BERÇÁRIO

Dia	Suco	Dia	Suco	Dia	Prato principal	Fruta
1	água de coco	17	melão	Seg	batata, moranga, mandioca, agrião e frango	maçã
2	laranja	18	mamão	Ter	batata, baroa, inhame, beterraba e carne	banana
3	maçã	19	caju	Qua	batata, moranga, chuchu, espinafre e frango	pera
4	goiaba	20	laranja	Qui	batata, baroa, cenoura, brócolis e carne	mamão
5	laranja	21	pera	Sex	batata, moranga, abobrinha, couve e frango	uma das frutas acima
6	banana com mamão	22	água de coco			
7	manga	23	goiaba			
8	água de coco	24	laranja			
9	melão	25	banana com mamão			
10	mamão	26	pera com maçã			
11	pera com maçã	27	manga			
12	goiaba	28	laranja			
13	laranja	29	melão			
14	banana com mamão	30	mamão			
15	manga	31	laranja			

*Cardápio sujeito a alterações durante o ano, de acordo com disponibilidade de insumos e condições climáticas.

**Toda a alimentação fornecida na escola é preparada diariamente por nossas Chefes e profissionais de Cozinha, utilizando sempre os melhores ingredientes frescos.



ÚLTIMA ATUALIZAÇÃO: 24/04/2018