



| ALMOÇO |  |   |  |  |   |
|--------|--|---|--|--|---|
|        | SEGUNDA-FEIRA  | TERÇA-FEIRA   | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA   | SEXTA-FEIRA   |
| 1ºSem  | Arroz 2<br>Feijão<br>Omelete de forno com tomate e espinafre<br>Beterraba cozida         | Arroz 3<br>Feijão<br>Filé de frango ao molho branco<br>Brócolis refogado<br>Alface roxa | Arroz 4<br>Feijão<br>Bife acebolado<br>Repolho refogado<br>Cenoura ralada              | Arroz 5<br>Feijão<br>Tiras de frango refogadas<br>Creme de queijo<br>Pepino japonês e pimentão | Arroz 6<br>Feijão<br>Madalena á bolonhesa<br>Salada de tabule                           |
| 2ºSem  | Arroz 9<br>Feijão<br>Isclas de frango<br>Quirera<br>Pepino                               | Arroz 10<br>Feijão<br>Bolinho de carne<br>Parafuso á primavera<br>Brócolis e tomate     | Arroz 11<br>Feijão<br>Frango grelhado na chapa<br>Creme de espinafre<br>Cenoura ralada | Arroz 12<br>Feijão<br>Bife ao sugo<br>Batata doce<br>Alface roxa e beterraba ralada            | Arroz 13<br>Feijão<br>Fricassê de frango<br>Salada mista (alface, alface roxa e acelga) |
| 3ºSem  | Arroz 16<br>Feijão<br>Carne moída ao molho<br>Espaguete alho e óleo<br>Pimentão colorido | Arroz 17<br>Feijão<br>Coxa e sobrecoxa ensopada<br>Quirera<br>Couve-flor e tomate       | Arroz 18<br>Feijão<br>Peixe assado<br>Legumes refogados<br>Alface                      | Arroz 19<br>Feijão<br>Carne de panela<br>Mandioca cozida<br>Acelga com abacaxi                 | Arroz 20<br>Feijão<br>Lasanha de frango<br>Salada de                                    |
| 4ºSem  | Arroz 23<br>Feijão<br>Ovo cozido<br>Parafuso alho e óleo<br>Cenoura ralada               | Arroz 24<br>Feijão<br>Linguiça de frango assada<br>Polenta cremosa<br>Alface e chuchu   | Arroz 25<br>Feijão<br>Picadinho de carne<br>Batata cozida<br>Brócolis                  | Arroz 26<br>Feijão<br>Coxa e sobrecoxa assada<br>Farofa de ovo<br>Vagem e tomate               | Arroz 27<br>Feijão<br>Estrogonofe de carne<br>Batata palha<br>Pepino                    |
| 5ºSem  | <b>RECESSO</b> 30  |   |  |  |   |

\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\* As 10h é servido um iogurte ou biscoito \*\*\*\*Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;\*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.



**CAFÉ DA MANHÃ/DESJEJUM**

|              | <b>SEGUNDA-FEIRA</b>                       | <b>TERÇA-FEIRA</b>                               | <b>QUARTA-FEIRA</b>                        | <b>QUINTA-FEIRA</b>                               | <b>SEXTA-FEIRA</b>                         |
|--------------|--|--|--|---|--|
| <b>1ªSem</b> | Café com leite 2<br>Biscoito salgado/doce  | Chá de camomila 3<br>Pão integral com margarina  | Café com leite 4<br>Biscoito salgado/doce  | Chá de erva doce 5<br>Pão integral com margarina  | Café com leite 6<br>Biscoito salgado/doce  |
| <b>2ªSem</b> | Café com leite 9<br>Biscoito salgado/doce  | Chá de camomila 10<br>Pão com margarina          | Café com leite 11<br>Biscoito salgado/doce | Chá de erva doce 12<br>Pão com margarina          | Café com leite 13<br>Biscoito salgado/doce |
| <b>3ªSem</b> | Café com leite 16<br>Biscoito salgado/doce | Chá de camomila 17<br>Pão integral com margarina | Café com leite 18<br>Biscoito salgado/doce | Chá de erva doce 19<br>Pão integral com margarina | Café com leite 20<br>Biscoito salgado/doce |
| <b>4ªSem</b> | Café com leite 23<br>Biscoito salgado/doce | Achocolatado 24<br>Biscoito salgado/doce         | Café com leite 25<br>Pão com margarina     | Chá de erva doce 26<br>Pão com margarina          | Café com leite 2<br>Biscoito salgado/doce  |
| <b>5ªSem</b> | RECESSO 30                                 |  |  |   |  |

**CAFÉ DA TARDE**

|              | <b>SEGUNDA-FEIRA</b>                               | <b>TERÇA-FEIRA</b>                      | <b>QUARTA-FEIRA</b>                | <b>QUINTA-FEIRA</b>  | <b>SEXTA-FEIRA</b>                  |
|--------------|--|---|------------------------------------|--|-------------------------------------|
| <b>1ªSem</b> | Sucrilhos com leite 2                              | Sopa de legumes 3<br>Com macarrão       | Suco natural 4<br>Bolo de fubá     | Banana com 5<br>Farinha láctea   | Suco de uva integral 6<br>Pipoca    |
| <b>2ªSem</b> | Polenta cremosa com 9<br>Picadinho de carne        | Sagu + 1 fruta 10                       | Macarrão com 11<br>Frango desfiado | Suco 12<br>Sanduiche natural<br>(Pão integral, patê de frango,<br>pepino, tomate e alface) | Pudim de baunilha 13<br>+ rosquinha |
| <b>3ªSem</b> | Risoto de frango 16<br>Com legumes                 | Sucrilhos com leite 17                  | Macarrão com carne moída 18        | Buffet de frutas da época 19<br>(Banana, goiaba, caqui, abacaxi e<br>kiwi)                 | Chá de camomila 20<br>Pão de queijo |
| <b>4ªSem</b> | Sopa minestrone 23<br>(Feijão, macarrão e legumes) | Vitamina de banana 24<br>Pão com geleia | Quirera com frango 25              | Suco 26<br>Bolo de banana com aveia  | Pudim + 1 fruta 27                  |
| <b>5ªSem</b> | RECESSO 30   |   |                                    |  |                                     |

\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\* As 10h é servido um iogurte ou biscoito \*\*\*\*Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;\*\*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.