

Segunda 01/06	Terça 02/06	Quarta 03/06	Quinta 04/06	Sexta 05/06
ESPAGUETE	PEIXE AO MOLHO DE LARANJA	FILET DE SOBRECOXA GRELHADA	FERIADO	ISCA DE CARNE AO MOLHO MADEIRA
Molho branco com frango	Arroz refogado c/ açafrão	Arroz refogado com ervilhas		Arroz refogado c/cenoura
Opções de molhos: abobrinha e tomate	Feijão branco	Feijão carioca		Feijão preto
Salada (grão de bico, chuchu, cenoura, batata refogados)	Salada tropical (alface crespa, manga, tomate, cenoura)	Salada de quinoa, cenoura ralada, pepino, tomate e hortelã		salada de repolho roxo, branco, cenoura, abacaxi c/ maionese caseira
	Molho de mostarda e mel			Molho de mostarda e mel
Molho de mostarda e mel	Suco de cajú	Molho de mostarda e mel		Suco de cajá
Suco de acerola	Salada de Frutas	Suco de goiaba		Mousse de maracujá
Segunda 08/06	Terça 09/06	Quarta 10/06	Quinta 11/06	Sexta 12/06
PENNE	MUQUECA DE PEIXE	FILET DE FRANGO COM MOSTARDA E MEL	CARNE MOIDA À JARDINEIRA	FILET DE FRANGO C/MOLHO DE LARANJA
Opções de molhos: bolonhesa; branco e abobrinha	Arroz refogado	Arroz refogado com brocolis	Arroz refogado com ervilha	Arroz refogado com cenoura
	Pirão de peixe	Feijão carioca	Pirão	Feijão carioca
Salada (grão de bico refogado - cenoura, brocolis e repolho branco refogado com açafrão)	Legumes refogado (batata, cenoura, chuchu)	Salada de alface roxa, tomate, cenoura e ervilha	Salada de acelga/tomate/cenoura ralada/cebola/laranja em gomos	Salada de beterraba à viangretti
	Molho balsâmico		Molho de alho com ervas	Molho de alho com ervas
Molho balsâmico	Suco de goiaba	Molho balsâmico	Suco de cajá	Suco de acerola com goiaba
Suco de manga	Salada de Frutas	Suco de caju	Banana e melancia	Pavê de goiabada
Segunda 15/06	Terça 16/06	Quarta 17/06	Quinta 18/06	Sexta 19/06
LASANJA DE FRANGO	TORTA DE PEIXE	FRANGO PRIMAVERA	BIFE DE CARNE AO MOLHO MADEIRA	FEIJOADA
LASANHA DE BERINGELA	Arroz refogado com vagem	Arroz refogado com açafrão	Arroz refogado com brocolis	Arroz refogado
	Feijão branco	Feijão carioca	Feijão preto	farofa
Salada (grão de bico refogado - repolho roxo, cenoura ralada refogada - pepino rondele ao molho vinagrete)	Salada de chuchu ao vinagrete	Salada de quinoa, cenoura ralada, pepino, tomate e hortelã	Salada de alface/tomate/ beterraba ralada e melão	Couve refogada
	Molho de alho com ervas	Molho de alho com ervas	Molho balsâmico	laranja em rodela
Molho de alho com ervas	Suco de cajú		Suco de acerola c/ goiaba	Suco de abacaxi
Suco de manga	Salada de Frutas	Suco de goiaba	Banana e abacaxi	Mousse de limão
Segunda 22/06	Terça 23/06	Quarta 24/06	Quinta 25/06	Sexta 26/06
MACARRÃO ASIÁTICO	MUQUECA DE PEIXE	SOBRECOXA C/ GERGELIM	GUISADO DE CARNES COM LEGUMES	ESTROGONOFÉ DE FRANGO
Salada fit (grão de bico, chuchu, cenoura, repolho branco refogados)	Arroz refogado	Arroz c/ brocolis	Arroz refogado	Arroz refogado c/ ervilhas
	Pirão de peixe	Feijão preto	Pirão	feijão carioca
	Legumes refogado (batata, cenoura, chuchu)	Salada viva (beterraba cozida com cebolinha)	Salada de alface com tomate, beterraba, cenoura ralada com abacaxi em tirinhas	Salada americana (alface crespa, cenoura, tomate) - Batata doce com ervas
Molho balsâmico	Molho balsâmico	Molho frances		Molho vinagretti
	Suco de goiaba		Molho frances	Suco de manga
Suco de cajá	Salada de Frutas	Suco de abacaxi	Suco de acerola	Brigadeirão
Segunda 29/06	Terça 30/07		Banana e melancia	
ESPAGUETE	PEIXE AO MOLHO DE ERVAS	jul/26	jul/26	jan/00
Opções de molhos: bolonhesa; branco e beringela	Arroz com brocolis			
	Feijão branco			
Graão de bico/ brocolis c/ cenoura refogados	Salada Russa (batata, cenoura e chuchu com maionese caseira)			
Molho vinagretti	Suco de goiaba			
Suco de manga	Salada de Frutas			

*Este cardápio está sujeito a modificações em casos de eventualidades.

Nutricionista: Ana Paula Mariano CRN 1200

LANCHE | JUNHO

Lanche: Nível IV & V, 1º, 2º e 3º anos

	Segunda 01/06	Terça 02/06	Quarta 03/06	Quinta 04/06	Sexta 05/06
Manhã	smotie de morango com banana e bisnaguina com requeijão	Suco de uva com tortinha de frango	Smotie de banana com maracujá e pão de queijo	FERIADO	Smothie (banana e manga) e biscoito integral com requeijão
Tarde	Suco de manga e tapioca c/ queijo	Suco de laranja com mamão e croissant	Suco de abacaxi e bolo de cenoura		Smothie (banana e manga) e biscoito integral com requeijão
	Segunda 08/06	Terça 09/06	Quarta 10/06	Quinta 11/06	Sexta 12/06
Manhã	Suco de acerola e croissant de queijo	Vitamina de morango e tapioca rendada	Banana em rodela com granola e mel	Mix de frutas (Abacaxi, uva roxa, manga, banana)	Smothie (banana e manga) e biscoito integral com requeijão
Tarde	Suco de melão e bolo de banana	Suco de uva e panqueca de banana	Vitamina de acerola e bolo de ovos	Banana e melancia	Suco verde (couve, abacaxi e laranja) e misto quente
	Segunda 15/06	Terça 16/06	Quarta 17/06	Quinta 18/06	Sexta 19/06
Manhã	logurte de morango com bolo de ovos	Suco de uva e bolo de laranja	Smothie (banana e morango) e biscoito integral e requeijão	Mix de frutas (Maçã, uva roxa e tangerina)	logurte e tapioca com patê de frango
Tarde	Suco de uva e tapioca com ovo mexido	Suco de abacaxi e crepioca de frango	Suco verde (couve, abacaxi e laranja) e biscoito integral com requeijão	Banana e abacaxi	Açaí com banana e granola
	Segunda 22/06	Terça 23/06	Quarta 24/06	Quinta 25/06	Sexta 26/06
Manhã	smotie de morango com banana e bisnaguina com requeijão	Suco de uva com tortinha de frango	Smotie de banana com maracujá e pão de queijo	Suco de abacaxi com hortelã e tapioca rendada	Smothie (banana e manga) e biscoito integral com requeijão
Tarde	Suco de manga e tapioca c/ queijo	Suco de laranja com mamão e croissant	Suco de abacaxi e bolo de cenoura	Banana e melancia	Suco verde (hortelã abacaxi e laranja) e misto quente
	Segunda 29/06	Terça 30/06	jul/26		
Manhã	Suco de acerola e croissant de queijo	Suco de uva e panqueca de banana			
Tarde	Suco de melão e bolo de banana	Vitamina de morango e bolo simples			

*Este cardápio está sujeito a modificações em casos de eventualidades.

Nutricionista: Andresa Araújo - CRN/6 9001