

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

	Segunda 27/04	Terça 28/04	Quarta 29/04	Quinta 30/04	Sexta 01/05
Manhã	ABRIL				FERIADO
Tarde					
	Segunda 04/05	Terça 05/05	Quarta 06/05	Quinta 07/05	Sexta 08/05
Manhã	mamão em cubos com granola e mel	Suco de morango com goiaba e misto quente	Suco de abacaxi com melão e Crepioca com recheio de frango	banana com granola e iogurte	Suco de abacaxi com hortela e Cookie de banana com aveia
Tarde	Suco de goiaba e Tapioca c/ queijo	Suco de uva e bolo de cenoura	Suco de manga e croissant de queijo	Banana e abacaxi	Suco de abacaxi e Bolo mesclado
	Segunda 11/05	Terça 12/05	Quarta 13/05	Quinta 14/05	Sexta 15/05
Manhã	Suco de maracuja com melão e pão de queijo	Suco goiaba e Torradinhas com requeijão	iogurte de morango com banana e granola	Manga, banana e maçã	Smothie de banana com uva roxa e Torradinhas com queijo
Tarde	Suco de laranja e Pão de queijo	Suco de uva e Bolo de ovos	Suco de acerola e Panqueca de banana	Banana e melancia	Suco de morango e goiaba e Bolo de cenoura
	Segunda 18/05	Terça 19/05	Quarta 20/05	Quinta 21/05	Sexta 22/05
Manhã	Mix de frutas (banana, uva roxa e melão)	Melão, banana e manga	Leite com canela e torrada de queijo	Melão branco, tangerina, banana	Suco verde (couve, abacaxi e laranja) e Sanduiche natural
Tarde	Vitamina de uva e Crepioca de frango	Suco de manga e Tapioca com queijo coalho	Suco de melão e Cookie de banana com aveia	Banana e abacaxi	Suco goiaba e Torradinhas com requeijão
	Segunda 25/05	Terça 26/05	Quarta 27/05	Quinta 28/05	Sexta 29/05
Manhã	Banana em rodela com granola, uva roxa e mel	Salada de frutas	Geladinho de abacate	Uva verde, banana e maçã	Suco de laranja e Pão de queijo
Tarde	Suco de uva com melão e Bolo de banana	Suco de mamão com laranja e Crepioca de frango	Suco de goiaba e Tapioca rendada	Banana e melancia	Vitamina de goiaba e Sanduiche natural

Segunda 27/04	Terça 28/04	Quarta 29/04	Quinta 30/04	Sexta 01/05
ABRIL				FERIADO
Segunda 04/05	Terça 05/05	Quarta 06/05	Quinta 07/05	Sexta 08/05
ESPAQUETE	PEIXE GRATINADO c/ MOLHO BRANCO E BATATAS	FRANGO CAPRESE	ISCA DE CARNE AO MOLHO MADEIRA	ESTROGNOFE DE FRANGO
Opções de molhos: bolonhesa, abobrinha e branco	Arroz refogado com vagem	Arroz refogado c/ acaráo	Arroz refogado com couve	Arroz refogado com brócolis
	Feijão branco	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca
Salada (grão de bico, chuchu, cenoura refogados)	Salada de couve folha, tomate, cebola roxa e milho verde	Salada coleslaw (repolho branco, roxo e cenoura com maionese)	Salada americana (alface crespa, tomate) - Batata doce com ervas	Salada de repolho branco, alface, tomate, cebola, cheiro verde com ervas
Molho de iogurte com limão e ervas	Molho de mostarda e mel	Molho balsâmico	Molho de mostarda e mel	Molho caeser
	Suco de caju		suco de cajá	Suco de abacaxi
Suco de acerola	Salada de Frutas	Suco de goiaba	Banana e Abacaxi	Pave de banana com doce de leite
Segunda 11/05	Terça 12/05	Quarta 13/05	Quinta 14/05	Sexta 15/06
MACARRÃO ASIÁTICO	PEIXE AO MOLHO DE LARANJA	FILET DE SOBRECOXA GRELHADA COM GERGELIM	CARNE MOIDA Á JARDINEIRA	FILET DE FRANGO COM MOSTARDA E MEL
	Arroz refogado com couve	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado com couve	Arroz refogado
Salada fit (grão de bico, vagem, cenoura repolho branco refogados)	Feijão branco	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão branco farofado
	Salada refrescante (acelga, tomate e hortelã) - Beterraba cozida	Salada de acelga, repolho roxo, tomate e milho verde	Vinagrete	Salada tropical (alface crespa, manga, tomate, cenoura)
Molho de iogurte com limão e ervas	Molho caeser	Molho pesto com iogurte	Molho de mostarda e mel	Molho de alho e ervas
	Suco de goiaba		Suco de abacaxi	Suco de cajá
Suco de manga	Salada de Frutas	Suco de cajú	Banana e melancia	Brigadeirão
Segunda 18/05	Terça 19/05	Quarta 20/05	Quinta 21/05	Sexta 22/05
PENNE	MUQUECA DE PEIXE	FRANGO PRIMAVERA	BIFE DE CARNE AO MOLHO MADEIRA	FRANGO Á PASSARINHO
Molho a bolonhesa, abobrinha e branco	Arroz refogado	Arroz refogado	Arroz refogado	Arroz refogado
Salada de grão de bico, vagem, cenoura e tomate refogados	Pirão de peixe	Feijão carioca	Feijão Preto	Pure de batata c/ abóbora
	Salada tropical (alface crespa, manga, tomate, cenoura)	Salada russa (batata, cenoura e chuchu cozidos) com maionese verde	Salada de quinoa, cenoura ralada, PEPINO, tomate e hortela	salada de alface, tomate com ervas
Molho de iogurte com ervas	Molho balsâmico		Molho de azeite com limão e ervas	Molho frances
	Suco de abacaxi		Suco de manga	Suco de caju
Suco de goiaba	Salada de Frutas	Suco de caja	Banana e abacaxi	Pave dois amores
Segunda 25/05 DPA	Terça 26/05 DPA	Quarta 27/05 DPA	Quinta 28/05 DPA	Sexta 29/05 DPA
LASANHA DE FRANGO	TORTA DE PEIXE	SOBRECOXA GRELHADA COM ERVAS	PAÇOCA	FRANGO CAPRESE
LASANHA DE BERINGELA	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado	Arroz refogado	Arroz c/ brócolis
Vinagretti de grão de bico (ter cuidado com a quantidade de cebola e pimentão)	Feijão branco	Feijão carioca	Feijão preto	
	Salada de vagem, cenoura, batata e milho verde	Salada tropical (alface crespa, manga, tomate, cenoura)	Vinagrete (Não colocar tanta cebola e pimentão)	Pure de batata/jerimum
Molho de iogurte com ervas	Molho de mostarda e mel	Molho pesto com iogurte	Molho de mostarda e mel	Saldada de repolho, abacaxi e cenoura
Suco de caja	Suco de manga		Suco de caju	Molho de mostarda e mel
	Salada de Frutas	Suco de goiaba	Banana e melancia	Mousse de limão

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

Nutricionista: Ana Paula Mariano - CRN 1200