

# COMIDA É AFETO

	2ª Feira (31/07)	3ª Feira (01/08)	4ª Feira (02/08)	5ª Feira (03/08)	6ª Feira (04/08)
<b>LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)</b>					
	Férias	Férias	Bolo de banana com aveia da Estilo Suco de maracujá Barquinhas de melão	Miniesfiha de queijo Suco de abacaxi Bolinhas de uva	Pão de abóbora com cottage Suco de tangerina Barquinhas de mamão
<b>ALMOÇO</b>					
<b>Salada</b>			Salada de rúcula com milho	Salada de folhas verdes e couve-flor	Salada de alface e tomate
<b>Prato principal</b>	Férias	Férias	Cubos de carne com cebolinha	Sobrecoxa assada	Filé de frango ao molho de maracujá
<b>Guarnição</b>			Purê de abóbora	Cenoura palito com salsinha	Batata bolinha cozida
<b>Prato base</b>			Arroz integral e Feijão	Espaguete ao basilico	Arroz e Grão-de-bico
<b>Bebida</b>			Suco de goiaba	Suco de manga	Suco de limão
<b>Sobremesa</b>			Banana	Melancia	Salada de frutas

Os bolos são preparados com farinha de trigo integral e açúcar orgânico.  
Cardápio sujeito a alterações, conforme a disponibilidade e qualidade dos alimentos no momento da compra (principalmente de frutas e hortaliças).

# COMIDA É AFETO

	2ª Feira (07/08)	3ª Feira (08/08)	4ª Feira (09/08)	5ª Feira (10/08)	6ª Feira (11/08)
<b>LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)</b>					
	Pãozinho integral com requeijão Suco de acerola Rodelas de abacaxi	Pão de queijo Suco de laranja Gomos de maçã	Bisnaga de leite com pasta de azeitona Suco de melancia Barquinhas de mamão	Pãozinho meia lua com patê de ervas Suco de limão Gomos de tangerina	Minitortinha de legumes Suco de maracujá Banana na casca
<b>ALMOÇO</b>					
<b>Salada</b>	Salada de acelga e beterraba ralada	Salada de alface roxa e pepino	Salada de rúcula e tomate	Salada de agrião e cenoura	Salada de alface americana com ervilha
<b>Prato principal</b>	Estrogonofe de frango	Carne assada	Escondidinho de frango	Bife de panela	Almôndega de carne ao sugo
<b>Guarnição</b>	Batata corada	Escarola refogada	Milho refogado	Folhas refogadas	Vagem cozida
<b>Prato base</b>	Arroz integral e Feijão	Conchilione de mussarela ao sugo	Arroz integral e Lentilha	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão
<b>Bebida</b>	Suco de melão com hortelã	Suco de limão	Suco de uva	Suco de maracujá	Suco de abacaxi
<b>Sobremesa</b>	Mamão	Abacaxi	Laranja	Salada de frutas	Maçã

Os bolos são preparados com farinha de trigo integral e açúcar orgânico.  
Cardápio sujeito a alterações, conforme a disponibilidade e qualidade dos alimentos no momento da compra (principalmente de frutas e hortaliças).

# COMIDA É AFETO

	2ª Feira (14/08)	3ª Feira (15/08)	4ª Feira (16/08)	5ª Feira (17/08)	6ª Feira (18/08)
<b>LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)</b>					
	Minipão de batata Suco de melancia Gomos de laranja	Bisnaguinha de cenoura com ricota Suco de tangerina Rodelas de abacaxi	Minipastel assado integral de ricota com espinafre Suco de maracujá Banana na casca	Bolo de fubá da Estilo Suco de abacaxi Barquinhas de melancia	Pão de beterraba com queijo branco Suco de uva Lascas de manga
<b>ALMOÇO</b>					
<b>Salada</b>	Salada de almeirão e milho	Salada de alface americana e cenoura ralada	Salada de alface roxa com tomate	Salada de rúcula com ervilha	Salada de folhas mistas e pepino
<b>Prato principal</b>	Carne desfiada com tomates	Frango caipira	Rocambole de carne com mussarela	Frango assado com limão e cebola	Picadinho de carne com ervilhas
<b>Guarnição</b>	Brócolis ao alho e óleo	Couve refogada	Acelga refogada	Farofa de cenoura	Legumes cozidos
<b>Prato base</b>	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão preto	Macarrão ao alho e óleo	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão
<b>Bebida</b>	Suco de limão	Suco de melancia	Suco de laranja	Suco de manga	Suco de caju
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Salada de frutas	Abacaxi	Melão	Melancia

Os bolos são preparados com farinha de trigo integral e açúcar orgânico.

Cardápio sujeito a alterações, conforme a disponibilidade e qualidade dos alimentos no momento da compra (principalmente de frutas e hortaliças).

# COMIDA É AFETO

	2ª Feira (21/08)	3ª Feira (22/08)	4ª Feira (23/08)	5ª Feira (24/08)	6ª Feira (25/08)
<b>LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)</b>					
	Folhado de maçã Suco de acerola Gomos de tangerina	Pão caseirinho com queijo mussarela Suco de maracujá Lascas de goiaba	Minnipastel assado de palmito Suco de caju Gomos de maçã	Pãozinho de leite com patê de tomate Suco de limão Barquinhas de mamão	Miniquiche de mussarela Suco de melancia Barquinhas de melão
<b>ALMOÇO</b>					
<b>Salada</b>	Salada de alface crespa e beterraba cozida	Salada de alface com tomate cereja	Salada de acelga com linhaça e cenoura ralada	Salada de alface e pepino	Salada de alface roxa e grão-de-bico ao vinagrete
<b>Prato principal</b>	Bife acebolado	Carne moída refogada com azeitonas	Sobrecoxa dourada	Iscas de carne com salsa	Cubos de frango grelhado
<b>Guarnição</b>	Creme de milho	Mandioca dourada	Virado de almeirão	Guarnição francesa	Espinafre refogado
<b>Prato base</b>	Arroz integral e Feijão branco	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Lasanha de queijo ao molho branco
<b>Bebida</b>	Suco de melão com hortelã	Suco de goiaba	Suco de limão	Suco de acerola	Suco de uva
<b>Sobremesa</b>	Banana	Laranja	Melão	Melancia	Tangerina

Os bolos são preparados com farinha de trigo integral e açúcar orgânico.

Cardápio sujeito a alterações, conforme a disponibilidade e qualidade dos alimentos no momento da compra (principalmente de frutas e hortaliças).

# COMIDA É AFETO

	2ª Feira (28/08)	3ª Feira (29/08)	4ª Feira (30/08)	5ª Feira (31/08)	6ª Feira (01/09)
<b>LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)</b>					
	Cookies orgânicos e Palitos de cenoura Suco de limão Barquinhas de mamão	Pão australiano com manteiga Suco de manga Barquinhas de melão	Minibolt de quatro queijos Suco de tangerina Barquinhas de melancia	Bolo de maçã da Estilo Suco de uva Lascas de manga	
<b>ALMOÇO</b>					
<b>Salada</b>	Salada de agrião e cenoura ralada	Salada de alface lisa e tabule	Salada de tomate com milho	Salada de folhas mistas e beterraba	
<b>Prato principal</b>	Iscas de frango	Cubos de carne grelhados	Filé de frango grelhado com alecrim	Quibe de carne	
<b>Guarnição</b>	Brócolis refogado	Purê de batata	Creme de espinafre	Legumes refogados	
<b>Prato base</b>	Macarrão ao sugo	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Lentilha	
<b>Bebida</b>	Suco de caju	Suco de laranja	Suco de maracujá	Suco mix de frutas	
<b>Sobremesa</b>	Salada de frutas	Mamão	Banana	Abacaxi	

Os bolos são preparados com farinha de trigo integral e açúcar orgânico.  
 Cardápio sujeito a alterações, conforme a disponibilidade e qualidade dos alimentos no momento da compra (principalmente de frutas e hortaliças).