



ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)

	<b>2ª Feira (02/10)</b>	<b>3ª Feira (03/10)</b>	<b>4ª Feira (04/10)</b>	<b>5ª Feira (05/10)</b>	<b>6ª Feira (06/10)</b>
<b>Educação Infantil</b>	Mini empanada de queijo Suco de maracujá Banana na casca	Bisnaguinha integral com manteiga Suco de limão Barquinhas de melancia	Bolo integral de abóbora com coco da Estilo + Tomate cereja Suco de uva Gomos de laranja	Pão francês com cream cheese Suco de acerola Bolinhas de uva	Empadinha de palmito Suco de laranja Rodelas de abacaxi
<b>Ensino Fundamental</b>	Mini empanada de queijo Suco de maracujá Banana na casca	Bisnaguinha integral com manteiga Suco de limão Barquinhas de melancia	Bolo integral de abóbora com coco da Estilo + Tomate cereja Suco de uva Gomos de laranja	Pão francês com cream cheese Suco de acerola Bolinhas de uva	Pãozinho de parmesão com patê de ricota Suco de laranja Rodelas de abacaxi

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).



ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)

	<b>2ª Feira (09/10)</b>	<b>3ª Feira (10/10)</b>	<b>4ª Feira (11/10)</b>	<b>5ª Feira (12/10)</b>	<b>6ª Feira (13/10)</b>
<b>Educação Infantil</b>	Pão de queijo Suco de laranja Barquinhas de melão	Pão de batata doce com manteiga Suco de limão Gomos de maçã	Torrada integral com patê de atum + Palitos de cenoura Suco de abacaxi Barquinhas de melancia	Feriado	Feriado
<b>Ensino Fundamental</b>	Pão de queijo Suco de laranja Barquinhas de melão	Pão de batata doce com manteiga Suco de limão Gomos de maçã	Torrada integral com requeijão + Palitos de cenoura Suco de abacaxi Barquinhas de melancia	Feriado	Feriado

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).



ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)

	<b>2ª Feira (16/10)</b>	<b>3ª Feira (17/10)</b>	<b>4ª Feira (18/10)</b>	<b>5ª Feira (19/10)</b>	<b>6ª Feira (20/10)</b>
<b>Educação Infantil</b>	Pão de cenoura com cream cheese Suco de maracujá Gomos de laranja	Minicroissant de queijo Suco de laranja Rodelas de abacaxi	Pão francês integral com queijo mussarela Suco de limão Banana na casca	Mini pão de gergelim com manteiga Suco de uva Barquinhas de melancia	Bolo integral de banana com aveia da Estilo + Tomate cereja Suco de acerola Lascas de manga
<b>Ensino Fundamental</b>	Pão de cenoura com cream cheese Suco de maracujá Gomos de laranja	Bisnaguinha integral com requeijão Suco de laranja Rodelas de abacaxi	Pão francês integral com queijo mussarela Suco de limão Banana na casca	Pão australiano com manteiga Suco de uva Barquinhas de melancia	Bolo integral de banana com aveia da Estilo + Tomate cereja Suco de acerola Lascas de manga

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).



ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)

	<b>2ª Feira (23/10)</b>	<b>3ª Feira (24/10)</b>	<b>4ª Feira (25/10)</b>	<b>5ª Feira (26/10)</b>	<b>6ª Feira (27/10)</b>
<b>Educação Infantil</b>	Minitortinha quatro queijos Suco de uva Barquinhas de melão	Minipão de leite com patê de azeitona Suco de maracujá Gomos de maçã	Miniquiche de queijo Suco de laranja Lascas de goiaba	Pãozinho de batata recheado com queijo cremoso Suco de abacaxi Barquinhas de melão	Minipastel integral de ricota Suco de limão Barquinhas de mamão
<b>Ensino Fundamental</b>	Torrada com cottage Suco de uva Barquinhas de melão	Minipão de leite com requeijão Suco de maracujá Gomos de maçã	Pão de mandioquinha com manteiga Suco de laranja Lascas de goiaba	Pãozinho de batata recheado com queijo cremoso Suco de abacaxi Barquinhas de melão	Minipastel integral de ricota Suco de limão Barquinhas de mamão

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).



ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)

	<b>2ª Feira (30/10)</b>	<b>3ª Feira (31/10)</b>	<b>4ª Feira (01/11)</b>	<b>5ª Feira (02/11)</b>	<b>6ª Feira (03/11)</b>
<b>Educação Infantil</b>	Pãozinho meia lua com queijo branco Suco de limão Banana na casca	Bolo integral de maçã da Estilo + Tomate cereja Suco de acerola Gomos de laranja			
<b>Ensino Fundamental</b>	Pãozinho meia lua com queijo branco Suco de limão Banana na casca	Bolo integral de maçã da Estilo + Tomate cereja Suco de acerola Gomos de laranja			

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).



ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## ALMOÇO

	<b>2ª Feira (02/10)</b>	<b>3ª Feira (03/10)</b>	<b>4ª Feira (04/10)</b>	<b>5ª Feira (05/10)</b>	<b>6ª Feira (06/10)</b>
<b>Salada</b>	Salada de acelga com ervilhas	Salada de beterra e alface	Salada de rúcula com milho	Salada de folhas verdes e pepino	Salada de tomate, cenoura e alface mimososa
<b>Prato principal</b>	Almôndegas ao sugo	Filé de frango ao molho	Cubos de carne com cebolinha	Sobrecoxa assada	Bife de panela
<b>Guarnição</b>	Cenoura palito com salsinha	Couve manteiga refogada	Purê de abóbora	Vagem cozida	Batata bolinha cozida
<b>Prato base</b>	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão preto	Espaguete ao basilico (azeite e tomatinhos)	Arroz integral e Feijão
<b>Bebida</b>	Suco de laranja	Suco de caju	Suco de goiaba	Suco de manga	Suco de uva
<b>Sobremesa</b>	Abacaxi	Salada de frutas	Banana	Melancia	Melão

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).



ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## ALMOÇO

	<b>2ª Feira (09/10)</b>	<b>3ª Feira (10/10)</b>	<b>4ª Feira (11/10)</b>	<b>5ª Feira (12/10)</b>	<b>6ª Feira (13/10)</b>
<b>Salada</b>	Salada de cenoura ralada e agrião	Salada de pepino com linhaça e alface roxa	Salada de rúcula e tomate	Feriado	Feriado
<b>Prato principal</b>	Estrogonofe de frango	Carne assada	Escondidinho de frango		
<b>Guarnição</b>	Batata corada	Folhas refogadas	Milho refogado		
<b>Prato base</b>	Arroz integral e Feijão	Conchilione de queijo ao sugo	Arroz integral e Lentilha		
<b>Bebida</b>	Suco de melão com hortelã	Suco de limão	Suco de uva		
<b>Sobremesa</b>	Mamão	Banana	Laranja		

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).





ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## ALMOÇO

	<b>2ª Feira (16/10)</b>	<b>3ª Feira (17/10)</b>	<b>4ª Feira (18/10)</b>	<b>5ª Feira (19/10)</b>	<b>6ª Feira (20/10)</b>
<b>Salada</b>	Salada colorida (cenoura, tomate, alface e ervilha)	Salada de beterraba ralada e rúcula	Salada de alface roxa com tomate	Salada de couve-flor e alface roxa	Salada de folhas mistas e milho
<b>Prato principal</b>	Quibe de carne	Frango caipira	Rocambole de carne moída com mussarela	Frango assado com limão e cebola	Picadinho de carne com ervilhas
<b>Guarnição</b>	Legumes cozidos	Couve refogada	Cenoura em palitos	Farofa de vagem	Brócolis cozido
<b>Prato base</b>	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Macarrão ao azeite	Arroz integral e Feijão branco	Arroz integral e Feijão
<b>Bebida</b>	Suco de limão	Suco de melancia	Suco de laranja	Suco de caju	Suco de manga
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Melão	Abacaxi	Salada de frutas	Melancia

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).





ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## ALMOÇO

	<b>2ª Feira (23/10)</b>	<b>3ª Feira (24/10)</b>	<b>4ª Feira (25/10)</b>	<b>5ª Feira (26/10)</b>	<b>6ª Feira (27/10)</b>
<b>Salada</b>	Salada de beterraba cozida com rúcula	Salada de alface com tomate cereja	Salada de grão-de-bico ao vinagrete e acelga	Salada de tomate com alface	Salada de acelga com linhaça e pepino
<b>Prato principal</b>	Bife acebolado	Filé de frango grelhado com alecrim	Cubos de frango grelhado	Carne moída refogada com azeitonas	Sobrecoxa dourada
<b>Guarnição</b>	Creme de milho	Mandioca dourada	Virado de almeirão	Guarnição francesa	Espinafre refogado
<b>Prato base</b>	Arroz integral e Feijão preto	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Lasanha de queijo
<b>Bebida</b>	Suco de tangerina	Suco de goiaba	Suco de melão	Suco de acerola	Suco de pêsego
<b>Sobremesa</b>	Banana	Laranja	Limão	Melancia	Salada de frutas

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).





ESTILO DE APRENDER

# COMIDA É AFETO

## ALMOÇO

	<b>2ª Feira (30/10)</b>	<b>3ª Feira (31/10)</b>	<b>4ª Feira (01/11)</b>	<b>5ª Feira (02/11)</b>	<b>6ª Feira (03/11)</b>
<b>Salada</b>	Salada de cenoura ralada e agrião	Salada de tabule + alface crespa			
<b>Prato principal</b>	Iscas de frango	Cubos de carne grelhados			
<b>Guarnição</b>	Almeirão refogado	Creme de espinafre			
<b>Prato base</b>	Macarrão ao sugo	Arroz integral e Feijão			
<b>Bebida</b>	Suco de caju	Suco de laranja			
<b>Sobremesa</b>	Salada de frutas	Mamão			

Os pães oferecidos não contêm corantes e conservantes.

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).