



CARDÁPIO DA SEMANA

	2ª Feira (29/05)	3ª Feira (30/05)	4ª Feira (31/05)	5ª Feira (01/06)	6ª Feira (02/06)
LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)					
				Pão de gergelim com patê de ervas Suco de limão Barquinhas de melão	Bisnaguinha integral com queijo mussarela e requeijão Suco de melancia Gomos de tangerina
ALMOÇO					
Salada				Alface mimosa com couve-flor	Alface crespa com cenoura
Prato principal				Carne desfiada com mandioca	Sobrecoxa ensopada
Guarnição				Couve refogada	Brócolis refogado
Prato base				Arroz integral e Feijão preto	Arroz integral e Feijão
Bebida				Suco de maracujá	Suco de laranja
Sobremesa				Mamão	Caqui

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).



CARDÁPIO DA SEMANA

	2ª Feira (05/06)	3ª Feira (06/06)	4ª Feira (07/06)	5ª Feira (08/06)	6ª Feira (09/06)
LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)					
	Minitortinha de palmito Suco de acerola Rodelas de abacaxi	Torrada integral com patê de azeitonas Suco de goiaba Lascas de ameixa	Bolo integral de limão da Estilo Suco de melancia Gomos de pera	Pão australiano com queijo branco Suco de limão Barquinhas de mamão	Minicroissant de queijo Suco de laranja Lascas de caqui
ALMOÇO					
Salada	Repolho roxo com vagem	Alface americana com cenoura ralada	Escarola com beterraba cozida	Rúcula com laranja	Agrião com ervilhas
Prato principal	Estrogonofe de frango	Carne moída refogada	Filé de frango grelhado	Cubos de carne	Omelete com tomate
Guarnição	Chips de batata ao forno	Chuchu com hortelã	Creme de milho	Virado de couve	Espinafre refogado
Prato base	Arroz integral e Feijão	Macarrão integral ao sugo	Arroz integral e Lentilha	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão
Bebida	Suco de amora	Suco de melão com hortelã	Suco de manga	Suco de maracujá	Suco de melancia
Sobremesa	Maçã	Banana	Laranja	Abacate batido com banana	Uva

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).



CARDÁPIO DA SEMANA

	2ª Feira (12/06)	3ª Feira (13/06)	4ª Feira (14/06)	5ª Feira (15/06)	6ª Feira (16/06)
LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)					
	Pão de abóbora com requeijão Suco de caju Gomos de maçã	Pão caseirinho com cream cheese Suco de melão com melancia Banana na casca	Pão de parmesão com manteiga Suco de acerola Gomos de laranja	Feriado	Feriado
ALMOÇO					
Salada	Repolho branco com beterraba ralada	Alface roxa com rodelas de pepino	Alface americana com cenoura cozida		
Prato principal	Rocambole de carne recheado de queijo e cenoura	Sobrecoxa assada com molho de laranja	Carne de panela	Feriado	Feriado
Guarnição	Milho cozido com salsinha	Abobrinha refogada com tomate	Almeirão refogado		
Prato base	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Ervilha	Rondele de mussarela ao molho branco		
Bebida	Suco de uva	Suco de goiaba	Suco de melancia		
Sobremesa	Abacaxi	Ameixa	Pera		

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).



CARDÁPIO DA SEMANA

	2ª Feira (19/06)	3ª Feira (20/06)	4ª Feira (21/06)	5ª Feira (22/06)	6ª Feira (23/06)
LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)					
	Pastelzinho assado de ricota Suco de acerola Lascas de abacaxi	Minibisnaguinha de cenoura com manteiga Suco de maracujá Rodelas de ameixa	Miniquiche de espinafre Suco de laranja Lascas de caqui	Bolo integral de cenoura da Estilo Suco de limão Barquinhas de mamão	Pão de queijo Suco de melancia Gomos de pera
ALMOÇO					
Salada	Repolho roxo com pepino e linhaça	Alface crespa com tomate em rodela	Rúcula com beterraba cozida	Salada de macarrão com tomate e alface lisa	Couve com cenoura
Prato principal	Fricassé de frango	Maminha assada com tomilho	Iscas de frango aceboladas	Picadinho de carne	Torta de frango com milho
Guarnição	Batata corada ao forno	Couve-flor refogada	Farofa de banana da terra	Acelga refogada	Creme de mandioquinha
Prato base	Arroz integral e Feijão	Concchiglione de queijo ao sugo	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Grão-de-bico	Arroz integral e Feijão
Bebida	Suco de cajá	Suco de melão com hortelã	Suco de manga	Suco de maracujá	Suco de abacaxi
Sobremesa	Maçã	Banana	Laranja	Melão	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).



CARDÁPIO DA SEMANA

	2ª Feira (26/06)	3ª Feira (27/06)	4ª Feira (28/06)	5ª Feira (29/06)	6ª Feira (30/06)
LANCHES (PERÍODOS MATUTINO E VESPERTINO)					
	Pão de batata com requeijão Suco de abacaxi Gomos de maçã	Miniesfiha de ricota com tomate seco Suco de acerola Banana na casca	Pão de beterraba com cream cheese Suco de limão Gomos de laranja	Pão francês com manteiga Suco de maracujá Barquinhas de melão	Pão de fubá com geleia de goiaba da Estilo Suco de melancia Lascas de goiaba
ALMOÇO					
Salada	Escarola com chuchu	Alface americana com milho	Tabule de quinoa com alface lisa	Grão-de-bico com atum e tomate e Acelga	Alface crespa com tomate
Prato principal	Lagarto assado ao molho de champignon	Escondidinho de frango com ervilha	Picadinho de carne	Filé de frango com alecrim	Ovo mexido com queijo branco e tomate
Guarnição	Abobrinha cozida	Cenoura salteada	Bolinho assado de brócolis	Farofa com cebola dourada	Folhas refogadas no azeite
Prato base	Arroz integral e Feijão branco	Arroz integral e Feijão	Arroz integral e Feijão	Macarrão ao molho nutritivo	Arroz integral e Feijão
Bebida	Suco de uva	Suco de goiaba	Suco de melancia	Suco de limão	Suco de laranja
Sobremesa	Melancia	Ameixa	Doce de banana (sem açúcar)	Mamão	Caqui

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).