

CARDÁPIO

JULHO

DATA	SEGUNDA DIA 01/07	TERÇA DIA 02/07	QUARTA DIA 03/07	QUINTA DIA 04/07	SEXTA DIA 05/07	SEGUNDA DIA 08/07	TERÇA DIA 09/07	QUARTA DIA 10/07	QUINTA DIA 11/07	SEXTA DIA 12/07
LANCHE DA MANHÃ	Pão de francês c/ requeijão Leite c/cacau Fruta	Pão de beterraba c/ manteiga Chá/Fruta	Massinha c/ geleia Iogurte Fruta	Pão de cenoura Suco Fruta	Pão australiano c/ requeijão Iogurte/Fruta	Pão australiano c/ queijo Leite c/ cacau Fruta	Pão de beterraba c/ manteiga Iogurte/ Fruta	Pão c/ requeijão Suco Fruta	Pão de cenoura c/ queijo Suco/ Fruta	Pão francês c/ requeijão Suco Fruta
ALMOÇO	Arroz Feijão Nhoque Moranga Carne de Panela Salada de repolho Fruta	Arroz/ Feijão Purê de batata Isclas de frango Salada de rúcula Fruta	Arroz Feijão Filé de peixe Seleta de legumes Tomate Fruta	Arroz Lentilha Farofa de cenoura Carne moída Salada de alface Fruta	Arroz Feijão Massa Batata doce Filé de frango Pepino Fruta	Arroz/ Feijão Batata sauté Massa Frango assado Salada de repolho roxo Fruta	Arroz Lentilha Polenta Carne de Panela Salada de alface Fruta	Arroz/ Feijão Beterraba cozida Isclas de Frango Salada de repolho verde Fruta	Carreteiro Feijão Moranga Tomate Fruta	Arroz Feijão Massa Aipim Filé Suíno Cenoura ralada Fruta
LANCHE DA TARDE	Biscoito Leite c/cacau Fruta	Bolo de laranja Suco/Fruta	Waffle Suco Fruta	Pão australiano c/ requeijão Suco / Fruta	Pão com geleia Suco Fruta	Bolo de chocolate Suco Fruta	Massinha Suco Fruta	Pão australiano c/ patê de atum Suco/ Fruta	Massinha c/ farofa Iogurte Fruta	Biscoito Suco Fruta

DATA	SEGUNDA DIA 15/07	TERÇA DIA 16/07	QUARTA DIA 17/07	QUINTA DIA 18/07	SEXTA DIA 19/07	SEGUNDA DIA 22/07	TERÇA DIA 23/07	QUARTA DIA 24/07	QUINTA DIA 25/07	SEXTA DIA 26/07	SEGUNDA DIA 29/07	TERÇA DIA 30/07	QUARTA DIA 31/07
LANCHE DA MANHÃ	Pão de cenoura c/ requeijão Chá / Fruta	Pão de beterraba c/ manteiga Suco / Fruta	Pão c/ geleia Leite c/ cacau Fruta	Pão francês c/ Queijo Suco Fruta	Pão c/ requeijão Suco Fruta	Pão francês c/ queijo Leite com cacau/ Fruta	Pão c/ patê de frango Suco/Fruta	Pão c/ queijo Suco Fruta	Massinha c/ geleia Chá Fruta	Pão de cenoura c/ queijo Suco/ Fruta	Pão francês c/ requeijão Suco Fruta	Pão c/ queijo Suco Fruta	Massinha c/ farofa c/ manteiga Suco/ Fruta
ALMOÇO	Arroz Feijão Batata doce Isclas de carne Salada de rúcula Fruta	Arroz Feijão Massa Filé de frango Beterraba ralada Fruta	Arroz Lentilha Almôndega Batata palha Salada de acelga Fruta	Arroz Feijão Nhoque Carne moída Cenoura ralada Fruta	Arroz Feijão Farofa de couve Isclas de Frango Fruta	Arroz integral Feijão Massa Carne de panela Cenoura ralada Fruta	Arroz Feijão Batata rústica Frango c/ molho Pepino Fruta	Arroz Feijão Massa Farofa de cenoura Omelete de forno Tomate Fruta	Arroz Feijão Polenta Carne moída Salada de repolho roxo Fruta	Arroz Lentilha Moranga c/ milho Isclas de frango Brócolis Fruta	Arroz Feijão Batata c/ orégano Frango assado Salada de alface Fruta	Arroz Feijão Massa Beterraba cozida Almôndega Pepino Fruta	Arroz Lentilha Moranga Filé de peixe Salada de acelga Fruta
LANCHE DA TARDE	Pão c/ manteiga Suco Fruta	Massinha com farofa Leite c/ cacau Fruta	Waffle Iogurte Fruta	Biscoito Suco Fruta	Bolo de laranja Suco Fruta	Croissant de frango Suco Fruta	Pão com geleia Suco Fruta	Biscoito Leite com cacau Fruta	Pão Suco Fruta	Bolo de laranja Suco Fruta	Massinha Suco Fruta	Bolo de fruta Suco Fruta	Waffle Iogurte Fruta

*Cardápio sujeito a alterações.

OBSERVAÇÕES:

- Para educandos alérgicos a peixe, será oferecido ovo no dia da oferta de peixe no almoço.
- Para intolerantes à lactose, será oferecido suco ao invés de leite/iogurte.