





	2ª - 27/04	3ª - 28/04	4ª - 29/04	5ª - 30/04	6ª - 01/05	2ª - 04/05	3ª - 05/05	4ª - 06/05	5ª - 07/05	6ª - 08/05
Salada 	Alface, tomate e mix de grãos	Alface, tomate e berinjela assada	Alface, tomate e pepino	Alface, tomate e salada de batata e chuchu	Feriado	Alface, tomate e pepino	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e cenoura cozida	Alface, tomate e caponata de berinjela	Alface, tomate e salada de quinoa
Prato principal 	Panqueca de frango ao sugo	Tirinhas de carne	Filé de sobrecoxa assado	Peixe empanado na aveia	Feriado	Ovo estrelado	Coxa e sobrecoxa assada	Carne moída refogada	Peixe assado	Bife grelhado
Guarnição 	Abóbora rústica + Couve flor refogada	Sopa de feijão com macarrão + Jardineira de legumes	Farofa nutritiva + Couve refogada	Creme de espinafre + Milho na manteiga	Feriado	Farofa de beterraba + Couve refogada	Purê de batata + Brócolis refogado	Penne ao sugo com queijo + Abobrinha refogada no alho	Creme de milho + Quiabo refogado	Batata corada + Vagem refogada
Sobremesa 	Melão	Mamão	Maçã	Banana + Mousse de limão com iogurte	Feriado	Uva	Laranja	Melancia	Salada de frutas	Pera + Doce de banana caseiro
Suco 	Maracujá	Mate caseiro	Abacaxi	Uva	Feriado	Maracujá	Goiaba	Limonada	Mate caseiro	Uva
Lanche 	Manga, bisnaguinha artesanal com requeijão caseiro e suco de uva	Maçã, milho na espiga e vitamina de morango	Banana, aveia em flocos e açaí sem xarope de guaraná	Melão, bolo de cenoura com calda e suco de manga	Feriado	Maçã, biscoito de arroz com manteiga e mingau de aveia	Banana, cereal de milho e inhame de uva	Uva, milho em espiga e suco de caju	Mamão, pão de beijo de batata doce caseiro e suco de uva	Banana, mini pão francês com ovo mexido e suco de laranja






Observações: Todos os dias oferecemos arroz integral, arroz branco, feijão com caroço e feijão batido.

Oferecemos opções vegetarianas e veganas para os alunos que seguem esse estilo de alimentação.

	2ª - 11/05	3ª - 12/05	4ª -13/05	5ª - 14/05	6ª - 15/05	2ª - 18/05	3ª - 19/05	4ª - 20/05	5ª - 21/05	6ª - 22/05
Salada 	Alface, tomate e milho	Alface, tomate e salada de feijão branco	Alface, tomate e salada de ovos	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e salada de grão de bico	Alface, tomate e vagem refogada	Alface, tomate e milho	Alface, tomate e cenoura ralada	Alface, tomate e brócolis refogado	Shavuot
Prato principal 	Lasanha de queijo ao sugo/Ovo	Filé de frango grelhado	Peixe ao brás	Carne moída refogada	Coxinha de frango assada	Empadão de frango	Carne em cubinhos	Moqueca de peixe	Almôndega de carne	Shavuot
Guarnição 	Seleta de legumes + Repolho refogado	Purê de inhame + Berinjela e abobrinha assada	Creme de milho + Quiabo refogado	Escondidinho de batata com queijo + Jiló refogado	Farofa de ovo + Couve refogada	Legumes verdes refogados + Abóbora rústica	Sopa de legumes com macarrão + Couve flor refogado	Farofa simples + Couve refogada	Espaguete ao sugo com queijo + Nhoque ao molho branco com queijo	Shavuot
Sobremesa 	Maçã	Uva	Melão	Banana	Mamão + Sacolé de manga caseiro	Mamão	Laranja	Pera	Banana + Doce de leite	Shavuot
Suco 	Caju	Mate caseiro	Goiaba	Abacaxi	Uva	Melancia	Mate caseiro	Abacaxi	Uva	Shavuot
Lanche 	Melão, biscoito de polvilho com biomassa de banana e vitamina de morango	Maçã, bolo de banana com passas e suco de acerola	Melancia, tapioca com queijo minas e suco de manga	Banana, torta de legumes caseira e limonada	Pera, brioche de cenoura com requeijão caseiro e suco de uva	Maçã, crepioca com queijo e suco de uva	Melão, pão integral com pastinha de atum caseira e suco de caju	Uva, milho em espiga e suco de melancia	Banana, cereal de milho e iogurte natural com mel	Shavuot

Observações: Todos os dias oferecemos arroz integral, arroz branco, feijão com caroço e feijão batido.

Oferecemos opções vegetarianas e veganas para os alunos que seguem esse estilo de alimentação.

	2ª - 25/05	3ª - 26/05	4ª - 27/05	5ª - 28/05	6ª - 29/05
Salada 	Alface, tomate e pepino	Alface, tomate e salada de feijão branco	Alface, tomate e abobrinha refogada	Alface, tomate e salada de macarrão	Alface, tomate e chuchu refogado
Prato principal 	Isclas de frango	Peixe empanado na aveia	Strogonoff de frango	Hambúrguer de carne caseiro	Peito de frango desossado no forno
Guarnição 	Sopa de feijão com macarrão + Jardineira de legumes	Purê de batata baroa + Berinjela assada	Batata palha + Vagem refogada	Espaguete de legumes + Batata doce rústica	Gravatinha ao sugo com queijo + Brócolis refogado
Sobremesa 	Abacaxi	Laranja	Mamão	Uva	Maçã + Romeu e Julieta
Suco 	Goiaba	Manga	Maracujá	Limonada	Uva
Lanche 	Pera, pão árabe com húmus e suco de maracujá	Banana, pão de beijo de inhame e suco de uva	Uva, cookie de banana com aveia caseiro sem açúcar e suco de abacaxi	Pera, tapioca com ovo mexido e suco de morango	Maçã, bolo aniversariante do mês e suco de caju

Observações: Todos os dias oferecemos arroz integral, arroz branco, feijão com caroço e feijão batido.

Oferecemos opções vegetarianas e veganas para os alunos que seguem esse estilo de alimentação.