








	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
Café da manhã 	Pera, pão de queijo e suco de caju	Banana, aveia em flocos e iogurte natural caseiro com mel	Uva, pão árabe com húmus e suco de abacaxi	Melão, bolo branco e suco de morango	Feriado	Melão, mini pão francês com ovo e suco de caju	Mamão, panqueca de banana com mel e suco de goiaba	Pera, milho na espiga e suco de uva	Uva, biscoito polvilho com biomassa de banana e suco de manga	Melancia, bolo de cenoura e suco de abacaxi
Salada 	Alface, tomate, milho, sunomono e beterraba ralada	Alface, tomate, salada de feijão fradinho, salada de batata e chuchu refogado	Alface, molho à campanha, salada de macarrão, cenoura ralada e repolho refogado	Alface, tomate, tabule, beterraba cozida e pepino	Feriado	Alface, tomate, salada de ovos, cenoura ralada e salada duo de repolho cru	Alface, molho à campanha, salada de macarrão, abobrinha assada e beterraba ralada	Alface, tomate, salada de grão de bico, cenoura cozida e pepino	Alface, tomate, ervilha, brócolis refogado e abóbora cozida	Alface, tomate, milho, mix de pimentões e beterraba cozida
Prato principal 	Ragu de carne	Torta de peixe	Bife acebolado	Empadão de frango	Feriado	Quiche de queijo	Feijoada feijoada vegetariana	Medalhão de peixe	Coxa e sobrecoxa de frango assada	Hamburguinho de carne caseiro
Opção 	Coxa e sobrecoxa de frango assada	Frango em cubinhos	Filé de sobrecoxa assada	Ovo estrelado	Feriado	Isca de frango	Peito de frango desossado no forno	Filé de frango acebolado	Soja refogada	Ovo mexido
Guarnição 	Penne ao molho branco com queijo + Cenoura sauté	Abóbora rústica + Vagem na manteiga	Farofa de banana + Couve refogada	Seleta de legumes + Espinafre refogado	Feriado	Abóbora rústica + Legumes verdes refogados	Farofa simples + Couve refogada	Purê de batata + Caponata de berinjela	Espaguete ao sugo com queijo + Espaguete de legumes	Batata rústica + Chicória refogada
Sobremesa 	Maçã + Melancia	Melão + Mamão	Salada de frutas	Uva com calda de cacau caseiro + Banana	Feriado	Uva + Mamão	Laranja + Melancia	Salada de frutas	Melão + Maçã	Pera + Brigadeiro

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.



Podem ocorrer alterações no cardápio devido a safra e fornecedores.

	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
Café da manhã 	Uva, crepioca com queijo e suco de maracujá	Banana, cereal de milho com inhame de uva	Melancia, brioche com requeijão caseiro e suco de morango	Melão, biscoito de arroz com ovo mexido e suco de goiaba	Manga, bolo de maçã e suco de melancia	Mamão, biscoito polvilho com biomassa de banana e suco de manga	Uva, panqueca de banana com mel e suco de maracujá	Maçã, milho na espiga e suco de goiaba	Pera, mini pão francês com manteiga e leite com cacau	Shavuot
Salada 	Alface, tomate, salada de grão de bico, batata doce assada e vagem refogada	Alface, tomate, salada de lentilha, beterraba cozida e pepino	Alface, tomate, milho, caponata de abobrinha com berinjela e abóbora rústica	Alface, molho à campanha, salada de macarrão, chuchu refogado e beterraba ralada	Alface, tomate em rodela, salada de feijão branco, salada de ovos e cenoura ralada	Alface, tomate, mix de grãos, sunomono e abóbora assada	Alface, molho à campanha, nabo, salada de batata com bacalhau e vagem refogada	Alface, tomate, tabule, beterraba cozida e caponata de berinjela	Alface, tomate em cubinhos, milho, brócolis e salada de ovos	Shavuot
Prato principal 	Filé de sobrecoxa assado	Almôndegas de frango no forno	Strogonoff de grão de bico	Ovo estrelado	Ragu de carne	Frango em cubinhos	Escalopinho de carne	Quibe de abóbora com queijo	Carne moída refogada	Shavuot
Opção 	Omelete na chapa com queijo	Carne moída refogada	Frango em cubos	Coxa e sobrecoxa assada	Filé de frango grelhado	Lasanha de queijo ao sugo	Peito de frango desossado no forno	Filé de frango grelhado	Filé de frango grelhado	Shavuot
Guarnição 	Creme de milho + Berinjela assada	Parafuso ao sugo com queijo + Seleta de legumes	Batata palha + Brócolis com cenoura refogada	Farofa nutritiva + Couve refogada	Purê de batata + Espinafre refogado	Jardineira de legumes + Abobrinha refogada	Farofa de beterraba + Acelga refogada	Purê de raízes + Couve refogada	Espaguete ao sugo com queijo + Nhoque ao molho branco com queijo	Shavuot
Sobremesa 	Melão + Mamão	Maçã + Laranja	Salada de frutas	Pera + Uva	Banana + Cuscuz de tapioca	Melancia + Uva	Pera + Melão	Salada de frutas	Banana + Doce de leite	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.

Podem ocorrer alterações no cardápio devido a safra e fornecedores.

	2ª - 25/05	3ª - 26/05	4ª - 27/05	5ª - 28/05	6ª - 29/05
Café da manhã 	Melão, pão de queijo e suco de goiaba	Banana, cereal de milho e iogurte natural com mel	Pera, cuscuz de milho com manteiga e ovo mexido e suco de uva	Maçã, pão árabe com hummus e suco de maracujá	Melancia, bolo aniversariante e suco de abacaxi
Salada 	Alface, tomate, salada de grão de bico, sunomono e couve flor refogada	Alface, tomate, salada de feijão fradinho, beterraba ralada e quiabo refogado	Alface, tomate, salada de feijão branco, abóbora rústica e jiló refogado	Alface, molho à campanha, milho, beterraba cozida e abobrinha assada	Alface, tomate, mix de grãos, salada de ovos e pepino
Prato principal 	Fricassé de frango	Filé de frango grelhado ao molho de ervas	Coxa e sobrecoxa assada	Moqueca de peixe	Iscas de carne
Opção 	Carne em cubinhos	Ovo mexido	Bolonhesa de lentilha	Frango em cubinhos	Peito de frango desossado no forno
Guarnição 	Batata rústica + Repolho refogado	Purê de batata doce + Vagem na manteiga	Gravatinha ao sugo com queijo + Cenoura com chuchu refogados	Farofa simples + Couve refogada	Sopa de feijão com macarrão + Batata cozida
Sobremesa 	Maçã + Mamão	Banana + Melancia	Salada de frutas	Uva + Melão	Banana + Paçoca

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.

Podem ocorrer alterações no cardápio devido a safra e fornecedores.