

Cardápio Junho 2019

Lanche da manhã

Segunda-feira 03/06	Terça-feira 04/06	Quarta-feira 05/06	Quinta-feira 06/06	Sexta-feira 07/06
Pão francês com requeijão (1/2 pão ou 1 mini)	Rosquinha de polvilho (6 unidades)	Torrada com queijo quente (2 fatias)	Sanduíche natural (1/2 pão de fôrma ou 1 mini)	Bolacha salgada (5 unidades)
Sucrilhos (1 xícara)	Bolo de cenoura com cobertura de chocolate (1 fatia)	Barra de cereal (1 unidade)	Bolacha doce (5 unidades)	Bisnaguinha com doce de leite (2 unidades)
iogurte (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)

Almoço

Segunda-feira 03/06	Terça-feira 04/06	Quarta-feira 05/06	Quinta-feira 06/06	Sexta-feira 07/06
PTS ao pomodoro	Glúten acebolado	Omelete recheado	Lasanha aos 4 queijos	Strogonoff de grão de bico
Mandioca sauté	Batata com ervas	Macarrão integral ao sugo	Farofa de banana	Batata palha
Vagem refogada	Couve-flor cozida	Cenoura refogada	Sopa de letrinhas com legumes	Brócolis ao alho e óleo
Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado
Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Couve manteiga	Alface roxa	Alface lisa	Alface americana	Alface crespa
Tomate	Cenoura ralada	Tomate	Tomate	Tomate
Repolho bicolor	Palmito, tomate cereja e orégano	Brócolis	Vagem	Beterraba cozida
Fruta	Pingo de leite (1 unidade)	Fruta	Mousse de morango (1 porção)	Fruta

Lanche da tarde

Segunda-feira 03/06	Terça-feira 04/06	Quarta-feira 05/06	Quinta-feira 06/06	Sexta-feira 07/06
Mini esfiha de queijo (2 unidades)	Bisnaguinha com manteiga (2 unidades)	Mini pão de batata com catupiry (2 unidades)	Pão de queijo (2 unidades de 40g)	Pizza (1 fatia M)
Rosquinha de coco (5 unidades)	Sequinhos (5 unidades)	Cookies de aveia (2 unidades)	Bolo mármore (1 fatia)	Goiabinha (1 unidade)
Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Achocolatado (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)

Cardápio Junho 2019

Lanche da manhã

Segunda-feira 10/06	Terça-feira 11/06	Quarta-feira 12/06	Quinta-feira 13/06	Sexta-feira 14/06
Pão integral com manteiga (1/2 pão)	Pão de queijo (2 unidades de 40g)	Bolacha salgada (5 unidades)	Rosquinha de polvilho (6 unidades)	Torrada com ervas (2 fatias)
Biscoito amanteigado (5 unidades)	Pão doce com farofa (1 fatia)	Mini folhado de doce de leite (2 unidades)	Bolo de maçã da nutri (1 fatia)	Sucrilhos (1 xícara)
Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	logurte (1 copo)
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)

Almoço

Segunda-feira 10/06	Terça-feira 11/06	Quarta-feira 12/06	Quinta-feira 13/06	Sexta-feira 14/06
Escondidinho vegetariano	Almondegas ao sugo	Grão de bico refogado	Glúten à milanesa	Ovo cozido
Batata doce doré	Macarrão ao alho e óleo	Purê de batata	Polenta cremosa	Batata sauté
Chuchu com milho	Couve manteiga refogada	Jardineira de legumes	Quibebe	Cenoura refogada
Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado
Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Alface lisa	Alface crespa	Alface roxa	Acelga	Alface americana
Tomate	Tomate	Tomate	Beterraba ralada	Tomate cereja
Cenoura cozida	Couve-flor	Pepino	Tomate	Agrião
Fruta	Paçoca (1 unidade)	Fruta	Pudim de baunilha (1 porção)	Fruta

Lanche da tarde

Segunda-feira 10/06	Terça-feira 11/06	Quarta-feira 12/06	Quinta-feira 13/06	Sexta-feira 14/06
Mini folhado de queijo (2 unidades)	Pipoca (1 e 1/2 xícara)	Sanduíche natural (1/2 pão de fôrma ou 1 mini)	Bisnaguinha com queijo (2 unidades)	Cachorro quente (1/2 pão ou 1 mini)
Pão de mel (1 unidade grande ou 2 pequenas)	Bolo de laranja (1 fatia)	Biscoito de coco (5 unidades)	Biscoito doce (5 unidades)	Torrone (1 unidade)
Achocolatado (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)

Cardápio Junho 2019

Lanche da manhã

Segunda-feira 17/06	Terça-feira 18/06	Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Sexta-feira 21/06
Pão francês com requeijão (1/2 pão ou 1 mini)	Palitos de gergelim (3 unidades grandes)	Rosquinha de polvilho (6 unidades)	FERIADO	RECESSO
Sequilhos (5 unidades)	Bolo de iogurte (1 fatia)	Torta de banana (1 fatia)		
Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)		
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)		

Almoço

Segunda-feira 17/06	Terça-feira 18/06	Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Sexta-feira 21/06
Bolinho de grão de bico	Panqueca colorida de queijo	Omelete	FERIADO	RECESSO
Nhoque ao molho de queijo	Batata salsa com cheiro verde	Mandioca dourada		
Abobrinha refogada	Brócolis refogado	Cenoura ao molho branco		
Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado		
Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral		
Feijão	Feijão	Feijão		
Alface crespa	Alface americana	Alface Roxa		
Tomate	Tabule	Tomate		
Repolho roxo	Cenoura ralada	Agrião		
Fruta	Gelatina colorida (1 porção)	Fruta		

Lanche da tarde

Segunda-feira 17/06	Terça-feira 18/06	Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Segunda-feira 21/06
Mini cheeseburger (1 unidade)	Pão de queijo (2 unidades de 40g)	Torrada com queijo quente (2 fatias)	FERIADO	RECESSO
Barra de cereal (1 unidade)	Sucrilhos (1 xícara)	Cookies com gotas de chocolate (2 unidades)		
Suco de fruta (1 copo)	Iogurte (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)		
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)		

Cardápio Junho 2019

Lanche da manhã

Segunda-feira 24/06	Terça-feira 25/06	Quarta-feira 26/06	Quinta-feira 27/06	Sexta-feira 28/06
Torrada com queijo quente (2 fatias)	Rosquinha de polvilho (6 unidades)	Pão francês com patê de cenoura (1/2 pão ou 1 mini)	Sanduíche natural (1/2 pão de fôrma ou 1 mini)	Bolacha salgada (5 unidades)
Sucrilhos (1 xícara)	Bolo formigueiro (1 fatia)	Barra de cereal (1 unidade)	Bolacha doce (5 unidades)	Bolo de chocolate com cobertura (1 fatia)
logurte (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)

Almoço

Segunda-feira 24/06	Terça-feira 25/06	Quarta-feira 26/06	Quinta-feira 27/06	Sexta-feira 28/06
Grão de bico à brasileira	Lasanha à bolonhesa	Quiche de ricota e espinafre	Glúten à Parmegiana	Ovo cozido
Macarrão ao sugo	Mandioca sauté	Creme de batata	Batata palito assada	Farofa de cenoura
Jardineira de legumes	Chuchu refogado	Cenoura com milho refogados	Abóbora refogada	Couve-flor e brócolis ao creme branco
Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado
Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Couve manteiga	Alface americana	Alface lisa	Alface roxa	Alface crespa
Tomate	Tomate	Tomate	Tomate	Tomate
Pepino	Cenoura ralada	Repolho bicolor	Acelga	Beterraba cozida
Fruta	Mousse de maracujá (1 porção)	Fruta	Pé de moleque (1 unidade)	Fruta

Lanche da tarde

Segunda-feira 24/06	Terça-feira 25/06	Quarta-feira 26/06	Quinta-feira 27/06	Sexta-feira 28/06
Pão de queijo (2 unidades de 40g)	Bisnaguinha com manteiga (2 unidades)	Mini pão de batata com catupiry (2 unidades)	Mini esfiha de queijo (2 unidades)	Pizza (1 fatia M)
Rosquinha de coco (5 unidades)	Sequinhos (5 unidades)	Cookies com frutas (2 unidades)	Bolo de fubá (1 fatia)	Bolacha doce (5 unidades)
Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Achocolatado (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)	Suco de fruta (1 copo)
Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)	Fruta (1 unidade)