

1ª semana 01 a 05 de junho	CAFÉ DA MANHÃ 8:00h	LANCHE DA MANHÃ 9h45	ALMOÇO 11h00 às 11h30	LANCHE DA TARDE 1 -13h30	LANCHE DA TARDE 2 – 15h00
Segunda	CUCA SEM RECHEIO VITAMINA DE MAMÃO	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO BISTECA SUÍNA CHAPEADA MANDIOCA COZIDA ALFACE + BETERRABA COZIDA	FRUTA	PÃOZINHO NA CHAPA COM QUEIJO E ORÉGANO (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE)
Terça	PÃO CASEIRO MANTEIGA SEM SAL LEITE COM CACAU	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO COXINHA DE FRANGO ASSADA MACARRÃO GRAVATINHA MIX DE ABOBRINHA E CENOURA COZIDAS	FRUTA	BOLO DE IOGURTE NATURAL (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE) PALITO DE BETERRABA COZIDA
Quarta	MINGAU DE AVEIA BOLACHA CASEIRA	FRUTA	LENTILHA + ARROZ BRANCO CARNE MÓIDA AO MOLHO DE TOMATE POLENTA CREMOSA COM QUEIJO CHUCHU + BRÓCOLIS COZIDOS	FRUTA	MUFFIN DE BRÓCOLIS COM FRANGO DESFIADO ÁGUA DE COCO INTEGRAL
Quinta			CORPUS CHRISTI		
Sexta			RECESSO ESCOLAR		

2ª semana 08 a 12 de junho	CAFÉ DA MANHÃ 8:00h	LANCHE DA MANHÃ 9h45	ALMOÇO 11h00 às 11h30	LANCHE DA TARDE 1 -13h30	LANCHE DA TARDE 2 – 15h00
Segunda	PÃO CASEIRO CREME DE RICOTA LIGHT CHOCOLATE QUENTE	FRUTA	FEIJÃO PRETO + ARROZ BRANCO COSTELA SUÍNA ASSADA QUIRERINHA RÚCULA + CENOURA COZIDA	FRUTA	PÃO DE QUEIJO DE TAPIOCA (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE) BRÓCOLIS COZIDO
Terça	BROA DE MILHO OMELETE COM CHEIRO VERDE	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO PANQUECA DE CARNE MOÍDA COM MILHO OVOS DE CODORNA + BRÓCOLIS COZIDO	FRUTA	BOLO DE CENOURA TOMATINHO CEREJA IOGURTE NATURAL (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE)
Quarta	WAFFLE COM BANANA E CACAU CHÁ DE FRUTAS	FRUTA	FEIJÃO VERMELHO + ARROZ BRANCO FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES MACARRÃO ESPAGUETE ALHO E ÓLEO RABANETE + COUVE-FLOR COZIDA	FRUTA	CUPCAKE DE MILHO E COCO (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE)
Quinta	CEREAL SEM AÇÚCAR IOGURTE DE MORANGO	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA PURÊ DE BATATA VAGEM COZIDA + TOMATE	FRUTA	MINI PÃOZINHO CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES
Sexta	PÃO NA CHAPA COM QUEIJO QUENTE LEITE MORNO COM CACAU	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO FILÉ DE FRANGO GRELHADO NHOQUE DE BATATA AO MOLHO VERMELHO PEPINO + BETERRABA COZIDA	FRUTA	BOLO DE CACAU PALITO DE CENOURA COZIDA

3ª semana 15 a 19 de junho	CAFÉ DA MANHÃ 8:00h	LANCHE DA MANHÃ 9h45	ALMOÇO 11h00 às 11h30	LANCHE DA TARDE 1 -13h30	LANCHE DA TARDE 2 – 15h00
Segunda	PANQUECA AMERICANA CHÁ DE ABACAXI COM ESPECIARIAS	FRUTA	LENTILHA + ARROZ BRANCO BIFE BOVINO GRELHADO BATATA ASSADA NA MANTEIGA DE ERVAS ALFACE CRESPA + ERVILHA TORTA	FRUTA	PALITO DE QUEIJO ASSADO BOLACHA CASEIRA LEITE MORNO COM CACAU (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE)
Terça	PÃO DE MILHO REQUEIJÃO LIGHT	FRUTA	FEIJÃO PRETO + ARROZ BRANCO SOBRECOXA ASSADA CREME DE MILHO REPOLHO ROXO + CENOURA COZIDA	FRUTA	MINI PIZZA DE OVOS COM BRÓCOLIS ÁGUA DE COCO INTEGRAL
Quarta	BOLACHA CASEIRA CUBOS DE QUEIJO IOGURTE DE COCO	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO CARNE MOÍDA À BOLONHESA POLENTA CREMOSA COM QUEIJO GRÃO DE BICO + PEPINO	FRUTA	MINI PÃOZINHO TIRINHAS DE FRANGO REFOGADAS COM LEGUMES
Quinta	CUCA SEM RECHEIO LEITE MORNO COM CACAU	FRUTA	FEIJÃO PRETO + ARROZ BRANCO PERNIL SUÍNO ASSADO PURÊ DE CABOTIÁ REPOLHO VERDE + TOMATE CEREJA	FRUTA	ROLINHO DE CREPIOCA PALITO DE POLENTA CHAPEADA
Sexta	WAFFLE DE BAUNILHA CHÁ DE MAÇÃ E LARANJÁ	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO FILÉ SASSAMI AO MOLHO MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA COZIDA + BETERRABA	FRUTA	PANQUECA DE BANANA COM AVEIA OVOS COZIDOS

4ª semana 22 a 26 de junho	CAFÉ DA MANHÃ 8:00h	LANCHE DA MANHÃ 9h45	ALMOÇO 11h00 às 11h30	LANCHE DA TARDE 1 -13h30	LANCHE DA TARDE 2 – 15h00
Segunda	ROLINHO DE CREPIOCA LEITE COM CACAU	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO COSTELINHA SUÍNA ASSADA BATATA DOCE ASSADA PEPINO + CENOURA COZIDA	FRUTA	BOLINHO DE ARROZ COM ESPINAFRE ASSADO ÁGUA DE COCO INTEGRAL
Terça	PÃO CASEIRO OMELETE COM CHEIRO VERDE CHÁ DE FRUTAS	FRUTA	LENTILHA + ARROZ BRANCO STROGONOFF DE GADO PURÊ DE BATATA SALSA ALFACE ROXA + CHUCHU COZIDO	FRUTA	CUPCAKE DE LARANJA PALITO DE BATATA DOCE COZIDA
Quarta	BROA DE MILHO REQUEIJÃO LIGHT OU CREME DE RICOTA	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO COXINHA DE FRANGO ASSADA MIX DE LEGUMES REFOGADOS BRÓCOLIS COZIDO + TOMATE CEREJA	FRUTA	PANQUECA DE CARNE MOÍDA COM LEGUMES ÁGUA DE COCO INTEGRAL
Quinta	CUCA SEM RECHEIO LEITE COM CACAU	FRUTA	FEIJÃO PRETO + ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA COM LEGUMES MANDIOCA COZIDA REPOLHO VERDE + BETERRABA COZIDA	FRUTA	PÃO DE MILHO OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA
Sexta	PALITO DE QUEIJO ASSADO BOLACHA CASEIRA CHOCOLATE QUENTE	FRUTA	FEIJÃO PRETO + ARROZ BRANCO FRICASSÊ DE FRANGO MACARRÃO TALHARIM AO CHEIRO VERDE QUIABO REFOGADO + TOMATE CEREJA	FRUTA	MUFFIN DE LIMÃO (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE) FLORETE DE COUVE-FLOR

5ª semana 29 de junho a 03 de julho	CAFÉ DA MANHÃ 8:00h	LANCHE DA MANHÃ 9h45	ALMOÇO 11h00 às 11h30	LANCHE DA TARDE 1 -13h30	LANCHE DA TARDE 2 – 15h00
Segunda	SANDUÍCHE DE QUEIJO QUENTE COM ORÉGANO	FRUTA	FEIJÃO PRETO + ARROZ BRANCO FRANGO GRELHADO NHOQUE DE BATATA AO ALHO E ÓLEO ACELGA + RABANETE	FRUTA	WAFFLE DE BANANA COM CACAU (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE)
Terça	MUFFIN DE MAÇÃ E CANELA CHÁ DE ABACAXI	FRUTA	FEIJÃO PRETO + ARROZ BRANCO PANQUECA DE CARNE MOÍDA CENOURA COZIDA + CHUCHU COZIDO	FRUTA	CUCA SEM RECHEIO BRÓCOLIS COZIDO IOGURTE NATURAL (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE)
Quarta	CEREAL SEM AÇÚCAR IOGURTE DE FRUTAS	FRUTA	LENTILHA + ARROZ BRANCO SOBRECOXA DESOSSADA ASSADA RATATOUILLE ALFACE CRESPA + GRÃO DE BICO COZIDO	FRUTA	MINI PIZZA DE FRANGO COM MILHO ÁGUA DE COCO INTEGRAL
Quinta	TAPIOQUINHA DE QUEIJO E TOMATE LEITE COM CACAU	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO Lombo suíno assado MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO VERMELHO BETERRABA COZIDA + PEPINO JAPONÊS	FRUTA	BOLO DE BANANA COM UVA PASSA LEITE MORNO COM CACAU (CONTÉM LEITE ZERO LACTOSE)
Sexta	PÃO INTEGRAL MANTEIGA SEM SAL OU REQUEijÃO LIGHT CHÁ DE MAÇÃ COM ESPECIARIAS	FRUTA	FEIJÃO CARIOCA + ARROZ BRANCO BIFE BOVINO AO MOLHO DE TOMATE POLENTA CREMOSA BRÓCOLIS COZIDO + TOMATE CEREJA	FRUTA	TORTA SALGADA DE CARNE COM LEGUMES ÁGUA DE COCO INTEGRAL

OBS: Para todas as preparações serão usados somente temperos naturais;

A consistência dos alimentos servidos varia de acordo com a idade da criança;

As frutas serão servidas de forma variada conforme oferta da semana;

Para alunos intolerantes à lactose será servida alimentação exclusiva sem lactose;

Para alunos adventistas será substituída a proteína de origem suína;

Último lanche pode variar entre frutas, bolachas caseiras, legumes cozidos e bolos simples;

Para crianças que estão na escola somente no turno da manhã, desconsiderar duas últimas colunas;

O cardápio pode sofrer alterações sem aviso prévio, de acordo com as necessidades da cantina.

MORGANA SCHIMIT – NUTRICIONISTA – CRN8:17140