

		(04/05) segunda-feira	(05/05) terça-feira	(06/05) quarta-feira	(07/05) quinta-feira	(08/05) sexta-feira
<b>Almoço</b> <b>Avulso</b>	Salada	Alface/ Cenoura ralada / Chuchu com ovos	Alface/ Tomate/ Banana da terra grelhada	Alface/ Beterraba ralada/ Batata bolinha temperada	Alface/ Tomate / Caponata	Mix de folhas/ Pepino japonês/ Coleslaw
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Torta Madalena / Cubos de frango grelhado	Mignon suíno grelhado/ Filé de frango ao alho	Filé de frango surpresa/ Escalope de alcatra ao molho rotty	Lasanha gratinada/ Iscas de frango ao molho de tomate	Cubos de peixe grelhados/ Assado ao molho de champignon
	Guarnição	Brócolis no vapor/ Repolho colorido refogado	Couve refogada/ Farofa simples	Creme de milho/ Abobrinha	Legumes festivos/ Batata-doce corada	Acelga refogada/ Purê de batata
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Melancia	Abacaxi	Melão	Salada de frutas	Eclair de creme/ Mamão
	Suco	Suco de goiaba	Suco de limão	Suco de laranja	Suco de uva	Suco de caju

<b>Almoço</b> <b>Contraturno</b> <b>Infantil,</b> <b>Fund. I e</b> <b>Fund. II</b>	Salada	Alface/ Cenoura ralada / Chuchu com ovos	Alface/ Tomate/ Banana da terra grelhada	Alface/ Beterraba ralada/ Batata bolinha temperada	Alface/ Tomate / Caponata	Mix de folhas/ Pepino japonês/ Coleslaw
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Torta Madalena / Cubos de frango grelhado	Cubos de mignon suíno grelhado/ Iscas de frango ao alho	Isclas de frango surpresa/ Tiras de alcatra ao molho rotty	Lasanha gratinada/ Iscas de frango ao molho de tomate	Cubos de peixe grelhados/ Assado em lascas ao molho de champignon
	Guarnição	Brócolis no vapor/ Repolho colorido refogado	Couve refogada/ Farofa simples	Creme de milho/ Abobrinha	Legumes festivos/ Batata-doce corada	Acelga refogada/ Purê de batata
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Melancia	Abacaxi	Melão	Salada de frutas	Eclair de creme/ Mamão
	Suco	Suco de goiaba	Suco de limão	Suco de laranja	Suco de uva	Suco de caju

<b>Lanche (manhã)</b>	Suco de acerola	Leite com cacau em pó	Suco de maracujá	Suco de laranja	Suco de limão
	Maçã	Banana	Melão	Uva	Banana
	Pão francês com manteiga	Pão de leite com geleia de morango	Pão caseiro com ovos mexidos	Bolo de maçã com canela	Panqueca americana com mel

<b>Lanche (tarde)</b>	Suco de uva	Suco de limão	Suco de acerola	Suco de maracujá	Suco de morango
	Melancia	Maçã	Manga	Banana	Melão
	Pão de queijo	Esfiha de frango	Bolo de cenoura	Empanada de carne	Esfiha de queijo

		(11/05) segunda-feira	(12/05) terça-feira	(13/05) quarta-feira	(14/05) quinta-feira	(15/05) sexta-feira
<b>Almoço Avulso</b>	Salada	Alface/ Tomate/ Tabule	Alface/ Repolho bicolor/ Batata-doce	Alface/ Caesar/ Grão-de-bico	Alface/ Tomate/ Ovo de codorna	Mix de folhas/ Pepino japonês/ Beterraba ralada
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Quibe assado recheado/ Filé de frango ao alho	Filé de coxa assada Maminha ao molho de alho	Bife à pizzaiolo/ Omelete de alho poró e queijo	Filé de peixe no fubá/ Escondidinho de frango	Frango xadrez/ Carne moída refogada
	Guarnição	Creme de espinafre/ Abóbora rústica	Espaguete ao sugo Abobrinha refogada	Polenta ao parmesão/ Brócolis no vapor	Vagem e milho no vapor/ Chuchu com bacon	Bolinho de arroz/ Legumes à jardineira
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Mamão	Melão	Melancia	Cocada/ Abacaxi	Laranja
	Suco	Suco de maracujá	Suco de uva	Suco de limão	Suco de caju	Suco de goiaba

<b>Almoço Contraturno Infantil, Fund. I e Fund. II</b>	Salada	Alface/ Tomate/ Tabule	Alface/ Repolho bicolor/ Batata-doce	Alface/ Caesar/ Grão-de-bico	Alface/ Tomate/ Ovo de codorna	Mix de folhas/ Pepino japonês/ Beterraba ralada
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Quibe assado recheado/ Isclas de frango ao alho	Tiras de filé de coxa assada Maminha em lascas ao molho de alho	Bife em tiras à pizzaiolo/ Omelete de alho poró e queijo	Filezinho de peixe no fubá/ Escondidinho de frango	Frango xadrez/ Carne moída refogada
	Guarnição	Creme de espinafre/ Abóbora rústica	Espaguete ao sugo Abobrinha refogada	Polenta ao parmesão/ Brócolis no vapor	Vagem e milho no vapor/ Chuchu com bacon	Bolinho de arroz/ Legumes à jardineira
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Mamão	Melão	Melancia	Cocada/ Abacaxi	Laranja
	Suco	Suco de maracujá	Suco de uva	Suco de limão	Suco de caju	Suco de goiaba

<b>Lanche (manhã)</b>	Suco de morango	Suco de laranja	Suco de limão	Leite com cacau em pó	Suco de acerola
	Melancia	Mamão	Uva	Manga	Banana
	Pão francês com manteiga	Bolo de cenoura	Pão de queijo	Cookie caseiro	Croissant

<b>Lanche (tarde)</b>	Suco de acerola	Suco de limão	Suco de maracujá	Suco de morango	Suco de acerola
	Melancia	Maçã	Manga	Banana	Maçã

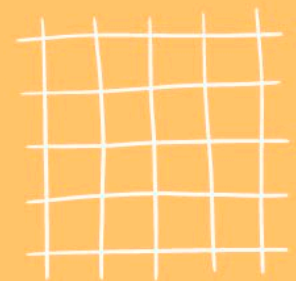
Esfiha de queijo

Pão francês com muçarela

Pão doce

Empanada de carne

Bolo de laranja



		(18/05) segunda-feira	(19/05) terça-feira	(20/05) quarta-feira	(21/05) quinta-feira	(22/05) sexta-feira
<b>Almoço</b> <b>Avulso</b>	Salada	Alface/ Tomate/ Berinjela ao forno	Alface/ Pepino japonês/ Beterraba cozida	Alface/ Vinagrete/ Cenoura ralada	Alface/ Tomate/ Trigo em grão ao vinagrete	Mix de folhas/ Vinagrete/ Abóbora
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Moqueca de peixe/ Isclas de carne oriental	Fricassê de frango/ Assado ao molho rotý	Feijoada/ Filé de frango acebolado	Strogonoff de frango/ Quiche de queijo	Isclas de frango gratinadas/ Bife de alcatra grelhada
	Guarnição	Batata corada/ Abobrinha grelhada	Escarola refogada/ Couve-flor ao vinagrete	Couve/ Farofa	Batata palha/ Cenoura com ervilhas	Espaguete ao alho e óleo Brócolis no vapor
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Melão	Torteleta de limão/ Manga	Laranja	Mamão	Melancia
	Suco	Suco de maracujá	Suco de caju	Suco de limão	Suco de goiaba	Suco de maracujá

<b>Almoço</b> <b>Contraturno</b> <b>Infantil,</b> <b>Fund. I e</b> <b>Fund. II</b>	Salada	Alface/ Tomate/ Berinjela ao forno	Alface/ Pepino japonês/ Beterraba cozida	Alface/ Vinagrete/ Cenoura ralada	Alface/ Tomate/ Trigo em grão ao vinagrete	Mix de folhas/ Vinagrete/ Abóbora
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Moqueca de peixe/ Isclas de carne oriental	Fricassê de frango/ Assado em lascas ao molho rotý	Feijoada/ Isclas de frango acebolado	Strogonoff de frango/ Quiche de queijo	Isclas de frango gratinadas/ Cubos de alcatra grelhada
	Guarnição	Batata corada/ Abobrinha grelhada	Escarola refogada/ Couve-flor ao vinagrete	Couve/ Farofa	Batata palha/ Cenoura com ervilhas	Espaguete ao alho e óleo Brócolis no vapor
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Melão	Torteleta de limão/ Manga	Laranja	Mamão	Melancia
	Suco	Suco de maracujá	Suco de caju	Suco de limão	Suco de goiaba	Suco de maracujá

<b>Lanche (manhã)</b>	Vitamina	Suco de limão	Suco de morango	Suco de acerola	Leite com cacau em pó
	Manga	Maçã	Banana	Melão	Maçã
	Pão francês com queijo	Pão caseiro com frios	Panqueca americana com mel	Pão francês com manteiga	Bolo de chocolate

<b>Lanche (tarde)</b>	Suco de acerola	Suco de limão	Suco de maracujá	Suco de acerola	Suco de laranja
	Melancia	Mamão	Melão	Banana	Maçã
	Pão de queijo	Pão francês com muçarela	Esfíha de carne	Bolo de fubá	Pão caseiro com queijo

		(25/05) segunda-feira	(26/05) terça-feira	(27/05) quarta-feira	(28/05) quinta-feira	(29/05) sexta-feira
<b>Almoço Avulso</b>	Salada	Alface/ Tomate/ Lentilha	Alface/ Tomate / Guacamole	Alface/ Beterraba ralada/ Abobrinha	Alface/ Pepino japonês/ Tomate	Mix de folhas/ Feijão fradinho/ Cenoura ralada
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Cubos de carne/ Frango desfiado	Filé de peixe ao molho tártaro/ Bife de alcatra grelhado	Filé de coxa assada/ Lombo suíno grelhado	Bisteca ao barbecue/ Cubos de frango grelhado	Panqueca de carne/ Filé de frango ao alho
	Guarnição	Espaguete ao sugo Berinjela refogada	Purê de batata/ Acelga refogada	Mandioquinha refogada/ Bolinho de espinafre	Couve/ Farofa	Brócolis no vapor/ Milho refogado
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Melancia	Abacaxi	Mamão	Laranja	Melão/ Chandelle
	Suco	Suco de limão	Suco de goiaba	Suco de uva	Suco de maracujá	Suco de goiaba
<b>Almoço Contraturno Infantil, Fund. I e Fund. II</b>	Salada	Alface/ Tomate/ Lentilha	Alface/ Tomate / Guacamole	Alface/ Beterraba ralada/ Abobrinha	Alface/ Pepino japonês/ Tomate	Mix de folhas/ Feijão fradinho/ Cenoura ralada
	Prato base	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral	Arroz/ Feijão Arroz integral
	Prato principal	Cubos de carne/ Frango desfiado	Filezinho de peixe ao molho tártaro/ Isclas de alcatra grelhada	Lascas de filé de coxa assada/ Tiras de lombo suíno grelhado	Tiras de bisteca ao barbecue/ Cubos de frango grelhado	Panqueca de carne/ Isclas de frango ao alho
	Guarnição	Espaguete ao sugo Berinjela refogada	Purê de batata/ Acelga refogada	Mandioquinha refogada/ Bolinho de espinafre	Couve/ Farofa	Brócolis no vapor/ Milho refogado
	Opção a escolher	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete	Ovo frito/mexido/Omelete
	Sobremesa	Melancia	Abacaxi	Mamão	Laranja	Melão/ Chandelle
	Suco	Suco de limão	Suco de goiaba	Suco de uva	Suco de maracujá	Suco de goiaba
<b>Lanche (manhã)</b>	Suco de laranja	Suco de morango	Suco de acerola	Leite com cacau em pó	Suco de maracujá	
	Melancia	Maçã	Uva	Manga	Melão	
	Pão francês com manteiga	Pão de queijo	Bisnaga com cream cheese	Pão francês com manteiga	Croissant	
<b>Lanche (tarde)</b>	Suco de limão	Suco de laranja	Suco de maracujá	Suco de morango	Suco de acerola	
	Melancia	Melão	Banana	Melão	Banana	
	Pastel de carne	Bolo de cenoura	Pão de queijo	Pão francês com muçarela	Panqueca americana com mel	