

Almoço

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		01	02	03
		Arroz branco, feijão carioca, fricassê de frango, abóbora (refogada ou purê) e salada mix de folhas com tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Macarrão penne ao molho rosé, isca de carne acebolada, brócolis amanteigado e salada de repolho e tomate. Opção: Arroz branco e feijão carioca Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, filé de frango, creme de milho e salada de alface lisa com pepino. Sobremesa: Fruta da estação
06	07	08	09	10
Arroz branco, feijão carioca, frango cozido, brócolis refogado e salada de acelga com tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, estrogonofe de carne, batata palito e salada de alface lisa e beterraba cozida. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão preto, lombo cozido, couve-flor gratinada e salada de alface crespa com cenoura ralada. Sobremesa: Gelatina com creme	FERIADO	Arroz branco, feijão carioca, sobrecoxa desossada assada, purê de mandioquinha e salada mix de folhas e tomate. Sobremesa: Fruta da estação
13	14	15	16	17
Arroz branco, feijão carioca, cubos de carne cozida, polenta cremosa e salada de repolho e tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, filé de frango à pizzaiolo, abobrinha refogada e salada de acelga com cenoura ralada. Sobremesa: Mousse de maracujá	Arroz branco, feijão preto, carne assada ao molho madeira, mandioca cozida amanteigada e salada de alface lisa com tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, isca de frango cremoso, batata sauté e salada de alface crespa e beterraba ralada. Sobremesa: Fruta da estação	Lasanha à bolonhesa, brócolis gratinado e salada mix de folhas. Opção: Arroz branco, feijão carioca e carne moída. Sobremesa: Fruta da estação
20	21	22	23	24
Arroz, feijão carioca, frango desfiado, polenta cremosa e salada de alface americana e cenoura cozida. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, escondidinho de mandioca c/carne desfiada e salada de alface lisa e tomate. Opção: Carne desfiada Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, estrogonofe de frango, batata palha e salada de alface crespa e beterraba cozida. Sobremesa: Fruta da estação	Macarrão espagete ao molho de tomate, sobrecoxa desossada assada, couve-flor refogada e salada de acelga e cenoura ralada. Opção: Arroz branco e feijão carioca Sobremesa: Pudim	Arroz branco, feijão carioca, carne moída, purê de batata e salada de alface crespa com tomate. Sobremesa: Fruta da estação
27	28	29	30	31
Arroz branco, feijão carioca, rocambole de carne, batatas ao creme e salada de alface crespa com cenoura ralada. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, filé de frango empanado (assado), creme de milho e salada de acelga e beterraba ralada. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão preto, bife de panela, batata palito, salada de alface americana com tomate. Sobremesa: Fruta da estação	RECESSO	REUNIÃO PEDAGÓGICA

Cardápio sujeito à alterações.

Observação: Nos dias de sobremesa “doce”, será servido fruta da estação para crianças menores de 2 anos (automaticamente) e para crianças que não consomem doce (professores devem solicitar à cantina).