

Almoço

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
03	04	05	06	07
Arroz branco, feijão carioca, estrogonofe de carne, batata palito e salada de repolho e beterraba cozida. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, filé de frango empanado, purê misto (batata e mandioquinha) e salada de alface crespa e cenoura ralada. Sobremesa: Danete caseiro	Arroz branco, feijoada light, omelete de legumes ao forno, farofa de banana da terra, couve refogada e vinagrete. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, carne assada, mandioca cozida amanteigada e salada de alface americana com tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Lasanha de frango, cenoura e vagem refogados e salada de mix de folhas. Opção: Arroz branco e feijão carioca e frango desfiado. Sobremesa: Fruta da estação
10	11	11	13	14
Arroz branco, feijão carioca, frango desfiado cremoso, batata doce assada e salada de alface crespa e tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, rocambolo de carne recheado, creme de espinafre e salada de agrião e tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão preto, filé de frango a pizzaiolo, batata sauté e salada de alface americana e beterraba ralada. Sobremesa: Gelatina colorida	Talharim ao molho sugo, bife de panela, brócolis e cenoura refogados e salada mix de folhas e tomate. Opção: Arroz branco e feijão carioca Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, isca de frango acebolado, abobrinha refogada e salada de alface americana e cenoura ralada. Sobremesa: Fruta da estação
17	18	19	20	21
Arroz branco, feijão carioca, cubos de carne cozida, batata bolinha assada e salada de acelga com tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, sobrecoxa de frango assado, creme de milho e salada de chuchu e beterraba cozidos. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijoada light, ovos na chapa, couve refogada ao alho, farofa de cenoura e salada de vinagrete. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, isca de carne ao molho madeira, couve-flor gratinada e salada de alface crespa e cenoura ralada. Sobremesa: Mousse de limão	Arroz branco, feijão carioca, peixe empanado, purê de batata e salada de alface crespa e tomate. Sobremesa: Fruta da estação
24	25	26	27	28
Arroz branco, feijão carioca, carne desfiada, polenta cremosa e salada de alface americana e beterraba cozida. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, filé de frango grelhado, abóbora cozida e salada de alface crespa e tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão preto, lombo assado ao molho de laranja, batatas ao creme e salada de agrião e tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Espaguete à bolonhesa, escarola refogada com tomate e salada de maionese. Opção: Arroz branco, feijão carioca e carne moída Sobremesa: Fruta da estação	Arroz branco, feijão carioca, estrogonofe de frango, batata palito e salada de brócolis e couve-flor. Sobremesa: Bolo dos aniversariantes

Cardápio sujeito a 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).