

CARDÁPIO

SETEMBRO

Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

01

Alface/Alface roxa
Tomate
Cenoura cozida
Pepino, manga e gergelim
Molho à campanha/Molho italiano
Abóbora com gergelim
Repolho refogado com salsa
Escondidinho de frango crocante
Bife à milanesa
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Cocada cremosa
Mamão/Banana
Mate com limão

02

Alface/Alface crespa
Tomate
Batata alemã
Lentilha com cebola dourada
Molho à campanha/Molho de alho
Creme de milho
Chuchu mimoso
Filé de frango empanado
Picadinho ao molho
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Pudim sensação
Melão/Banana
Suco de laranja

03

Alface/Agrião
Tomate
Feijão fradinho com atum e salsa
Salada agreste
Molho à campanha/Limão
Macarrão ao alho e óleo
Cassata de berinjela
Frango assado ao molho agriodoce
Carne moída ao molho
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Mousse de maracujá
Maçã/Banana
Suco de caju

04

Alface/Mix de folhas
Tomate
Pepino com rabanete
Salada caprese
Molho à campanha/Azeite de alho
Cuscuz marroquino
Brócolis ao alho
Empadão de camarão
Bife ao molho mostarda
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Creme de morango
Salada de frutas/Banana
Suco de goiaba

07



FERIADO

08

Alface/Alface roxa
Tomate
Salada brasileira
Salada capri
Molho à campanha/Mostarda com creme de leite e ervas
Arroz à piemontese
Cenoura com alho-poró
Ovos mexidos
Maminha assada
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Banana assada
Melão/Banana
Suco de tangerina

09

Alface/Alface crespa
Tomate
Abobrinha com cebola roxa, tomate cereja e azeite
Salada chinesa
Molho à campanha/Molho billy jack
Purê de raízes
Berinjela à provençal
Filé de frango crispy
Isca de filé mignon suíno com abacaxi
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Mousse de limão
Laranja/Banana
Suco de uva

10

Alface/Mix de folhas
Tomate
Rúcula com manga
Grão-de-bico com ovos e agrião
Molho à campanha/Logurte com mel
Mix de legumes
Vagem com milho
Isca de frango grelhada
Lasanha à bolonhesa
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Delícia de abacaxi
Melancia/Banana
Suco de maracujá

11

Alface/Rúcula
Tomate
Beterraba com laranja
Salada atenas
Molho à campanha/Manjerico
Floretes mistos
Chuchu com cebola roxa
Filé de peixe grelhado
Bolo de batata com carne moída
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Torta de maçã
Duo de frutas/Banana
Suco de caju

14

Alface/Alface roxa
Tomate
Abóbora à campanha
Salada mediterrânea
Molho à campanha/Molho oriental
Macarrão ao alho e óleo
Legumes do yakissoba
Frango xadrez
Carne assada ao molho de queijo
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Pudim de pão
Mamão/Banana
Suco de manga

15

Alface/Agrião
Tomate
Tabule
Lentilha com cebola dourada
Molho à campanha/Limão
Batata palha
Abobrinha grelhada
Stroganoff de frango
Kafta
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Mousse de uva
Salada de frutas/Banana
Suco de acerola

16

Alface/Alface Roxa
Tomate
Cenoura ralada
Salada praiana
Molho à campanha/Molho agriodoce
Aipim na manteiga
Berinjela crocante
Filé de frango acebolado
Tiras de carne ao shoyo
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Cheesecake de morango
Melancia/Banana
Suco de caju

17

Alface/Mix de folhas
Tomate
Feijão branco com tomate e salsa
Salada caesar
Molho à campanha/Azeite com ervas
Jardineira de legumes
Couve-flor com tomate cereja
Panqueca de frango
Bife acebolado
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Gamadinho
Laranja/Banana
Suco de goiaba

18

Alface/Alface crespa
Tomate
Banana agriodoce
Salada grega
Molho à campanha/Molho tártaro
Nhoque ao molho sugo
Cenoura com bertalha
Filé de peixe empanado
Carne moída ao molho
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Pudim de laranja
Maçã/Banana
Mate com limão

21

Alface/Rúcula
Tomate
Couve-flor à campanha
Salada crocante
Molho à campanha/Molho rosê
Macarrão ao alho e óleo
Brócolis no vapor
Filé de frango à milanesa
Almôndegas ao sugo
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Doce de leite
Melancia/Banana
Suco de maracujá

22

Alface/Alface roxa
Tomate
Batata calabresa com ervas
Vagem com ovos
Molho à campanha/Azeite ao alho
Quiche de alho-poró
Chuchu com cebola roxa e orégano
Omelete na chapa
Carne assada ao molho madeira
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Pudim com calda de maracujá
Melão/Banana
Suco de uva

23

Alface/Alface crespa
Tomate
Beterraba cozida
Salada canadense
Molho à campanha/Logurte com pepino
Arroz com brócolis
Abobrinha com crosta de parmesão
Filé de frango grelhado
Bolo de batata com carne moída
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Mousse de manga
Duo de frutas/Banana
Suco de acerola com laranja

24

Alface/Agrião
Tomate
Milho em conserva
Salada caprese
Molho à campanha/Azeitona
Bolinho de aipim gratinado
Repolho bicolor na chapa
Filé de coxa ao molho de ervas finas
Picadinho carioca
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Pavê de chocolate
Uva verde/Banana
Suco de limão

25

Alface/Mix de folhas
Tomate
Rúcula com manga
Berinjela mediterrânea
Molho à campanha/Mostarda e mel
Banana de capote
Legumes assados
Peixe grelhado
Isca de carne grelhada
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Arroz doce
Mamão/Banana
Suco de caju

28

Alface/Alface crespa
Tomate
Beterraba ralada
Salada vegetariana
Molho à campanha/Azeite com ervas
Florete misto
Cenoura vick
Escondidinho de frango com batata doce
Bife à milanesa
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Doce de banana
Maçã/Banana
Suco de manga

29

Alface/Rúcula
Tomate
Tabule
Lentilha com cebola dourada
Molho à campanha/Molho aioli
Macarrão ao sugo
Berinjela napolitana
Filé de frango acebolado
Quibe de forno
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Pudim de coco com calda de morango
Melancia/Banana
Suco de laranja

30

Alface/Agrião
Tomate
Quiabo com pimentões coloridos
Couve-flor rica
Molho à campanha/Logurte com hortelã
Batata palha
Vagem com especiarias
Frango assado
Stroganoff de carne
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Mesclado de uva
Laranja/Banana
Suco de acerola

CARDÁPIO



SETEMBRO

COLAÇÃO

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Vitamina de mamão Opção: fruta ou suco	01 Iogurte com morango Opção: fruta ou suco	02 Mingau de baunilha Opção: fruta ou suco	03 Achocolatado Opção: fruta ou suco
				04
 FERIADO	Café com leite Opção: fruta ou suco	08 Vitamina de frutas Opção: fruta ou suco	09 Achocolatado Opção: fruta ou suco	10 Morango ao leite Opção: fruta ou suco
				11
Vitamina de banana com aveia Opção: fruta ou suco	14 Mingau de chocolate Opção: fruta ou suco	15 Vitamina de abacate Opção: fruta ou suco	16 Iogurte de morango Opção: fruta ou suco	17 Mingau de baunilha Opção: fruta ou suco
				18
Achocolatado frio Opção: fruta ou suco	21 Mingau de aveia Opção: fruta ou suco	22 Morango ao leite Opção: fruta ou suco	23 Vitamina de abacate Opção: fruta ou suco	24 Café com leite Opção: fruta ou suco
				25
Mingau de chocolate Opção: fruta ou suco	28 Iogurte com morango Opção: fruta ou suco	29 Vitamina de mamão Opção: fruta ou suco	30	

LANCHE

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Suco Pizza Opção: fruta	01 Suco Milho cozido Opção: fruta	02 Suco Bolo de cenoura com calda de chocolate Opção: fruta	03 Suco Esfirra fechada de carne Opção: fruta
				04
 FERIADO	Suco Queijo quente Opção: fruta	08 Suco Brownie Opção: fruta	09 Suco Cheeseburger Opção: fruta	10 Suco Esfirra fechada de queijo Opção: fruta
				11
Suco Pão com ovo mexido Opção: fruta	14 Suco Pão de queijo Opção: fruta	15 Suco Rocambolo de doce de leite Opção: fruta	16 Suco Pastel de forno de frango Opção: fruta	17 Suco Bolo de chocolate Opção: fruta
				18
Suco Esfirra de frango Opção: fruta	21 Suco Croissant de chocolate Opção: fruta	22 Suco Pão de batata com requeijão Opção: fruta	23 Suco Milho cozido Opção: fruta	24 Suco Pizza Opção: fruta
				25
Suco Pão na chapa Opção: fruta	28 Suco Bolo de laranja Opção: fruta	29 Suco Hambúrguer de forno Opção: fruta	30	

*Cardápio sujeito a alterações.