



CARDÁPIO

OUTUBRO

Segunda-feira
Terça-feira
Quarta-feira
Quinta-feira
Sexta-feira
01

Alface/Alface roxa
Tomate
Feijão branco com tomate e salsa
Salada russa
Molho à campanha/Molho billy jack
Creme de milho
Espinafre ao alho
Filé de frango à milanesa
Bife acebolado
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Delícia de abacaxi
Melão/Banana
Suco de goiaba

02

Alface/Mix de folhas
Tomate
Abóbora com hortelã
Grão-de-bico com tomate e salsa
Molho à campanha/Pesto de manjerição
Cuscuz marroquino
Brócolis com tomate assado
Empadão de camarão
Picadinho à bourguignon
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Cocada cremosa
Salada de frutas/Banana
Mate com limão

05

Alface/Alface crespas
Tomate
Couve-flor à campanha
Salada argentina
Molho à campanha/Molho agri-doce
Arroz à piamontese
Berinjela à milanesa
Ovos mexidos
Maminha assada
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Pudim de pão
Melão/Banana
Suco de morango

06

Alface/Agrião
Tomate
Beterraba cozida com maçã
Salada caesar
Molho à campanha/Mostarda com creme de leite e ervas
Purê de batata doce
Bertalha refogada
Frango assado ao molho agri-doce
Isca de carne ao alho
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Mousse de manga
Maçã/Banana
Suco de tangerina

07

Alface/Mix de folhas
Tomate
Feijão fradinho à campanha
Salada baviera
Molho à campanha/Molho de manjerição
Abóbora sauté
Brócolis com tomate cereja e alho
Isca de frango grelhada
Bife ao molho mostarda
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Delícia de banana
Mamão/Banana
Suco de uva

08

Alface/Rúcula
Tomate
Antepasto de berinjela
Salada brasileira
Molho à campanha/Molho de alho
Couve-flor crocante ao parmesão
Cenoura sauté
Empadão de frango
Picadinho ao molho
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Cuscuz
Laranja/Banana
Laranja com acerola

09

Alface/Alface crespas
Tomate
Rúcula com manga
Salada chateau
Molho à campanha/Molho tártaro
Macarrão ao alho e óleo
Legumes assados
Filé de peixe grelhado
Almôndegas ao sugo
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Pavê de chocolate
Melancia/Banana
Suco de goiaba

12

FERIADO
13

Alface/Rúcula
Tomate
Beterraba ralada
Chuchu com milho e passas
Molho à campanha/Molho oriental
Macarrão ao alho e óleo
Legumes do yakissoba
Frango xadrez
Bife à pizzaiolo
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

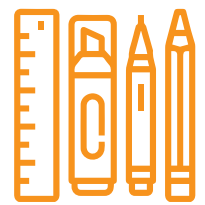
Arroz doce
Melancia/Banana
Suco de cupuaçu

14

Alface/Alface roxa
Tomate
Salada de repolho cremosa
Pepino, manga e gergelim
Molho à campanha/Molho italiano
Couve-flor com tomate seco
Guarnição à francesa
Filé de frango acebolado
Isca de carne ao alho
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Banoffee
Maçã/Banana
Suco de manga

15

FERIADO
16

RECESSO ESCOLAR
19

Alface/Alface crespas
Tomate
Beterraba cozida com laranja
Brócolis no vapor
Molho à campanha/Logurte com mel
Macarrão ao alho e óleo
Cenoura com alho-poró
Fricassê de frango
Carne moída ao molho
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Doce de leite
Melancia/Banana
Suco de maracujá

20

Alface/Alface Roxa
Tomate
Cenoura ralada
Milho em conserva
Molho à campanha/Azeite com ervas
Batata palha
Abóbora assada com ervas
Stroganoff de frango
Lasanha à bolonhesa
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Brigadeirão
Laranja/Banana
Suco de uva

21

Alface/Mix de folhas
Tomate
Salada fantasia
Salada caesar
Molho à campanha/Molho rosê
Purê de batata
Ratatouille
Gurjão de frango
Bife grelhado ao molho rotty
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Mousse de maracujá
Melão/Banana
Suco de caju

22

Alface/Agrião
Tomate
Maionese de ovos
Salada atenas
Molho à campanha/Molho chimichurri
Banana d'água à milanesa
Couve refogada
Drumet ao molho barbecue
Churrasquinho misto
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Cheesecake de morango
Duo de frutas/Banana
Suco de manga

23

Alface/Alface crespas
Tomate
Cenoura ralada com batata palha
Couve-flor rica
Molho à campanha/Limão
Batata doce rústica
Brócolis com tomate assado
Filé de peixe grelhado ao molho de ervas
Bife à milanesa
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Pudim de chocolate com brownie
Uva verde/Banana
Suco de laranja

26

Alface/Alface roxa
Tomate
Rúcula com manga
Salada coleslaw
Molho à campanha/Molho chimichurri
Arroz com brócolis
Cassata de berinjela
Filé de coxa ao molho de ervas
Bolo de batata com carne moída
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Banana assada
Melancia/Banana
Suco de limão

27

Alface/Rúcula
Tomate
Beterraba cozida
Grão-de-bico com tomate e salsa
Molho à campanha/Molho aioli
Macarrão ao alho e óleo
Cenoura vick
Filé de frango à pizzaiolo
Filé mignon suíno ao molho barbecue
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Pudim de leite
Mamão/Banana
Suco de acerola

28

Alface/Alface crespas
Tomate
Abobrinha com ervas
Salada refrescante
Molho à campanha/Logurte com mel
Abóbora com gergelim
Vagem com especiarias
Frango cremoso
Bife de panela
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Torta de maçã
Laranja/Banana
Suco de abacaxi

29

Alface/Agrião
Tomate
Feijão fradinho com atum e salsa
Salada caprese
Molho à campanha/Azeite com ervas
Batata palha
Abobrinha grelhada com crosta de parmesão
Frango à mãe benta
Stroganoff de carne
Arroz branco/Arroz integral
Feijão preto
Farofa

Mousse de limão
Melão/Banana
Suco de graviola

30

Alface/Mix de folhas
Tomate
Ceviche de banana
Salada crocante
Molho à campanha/Molho agri-doce
Batata rústica
Brócolis no vapor
Risoto de camarão
Bife ao molho madeira
Arroz branco/Arroz integral
Feijão carioca
Farofa

Pudim sensação
Duo de frutas/Banana
Mate com limão

CARDÁPIO



OUTUBRO

COLAÇÃO

Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
						Mingau de baunilha Opção: fruta ou suco	01	Maracujá ao leite Opção: fruta ou suco	02
Vitamina de abacate Opção: fruta ou suco	05	Mingau de baunilha Opção: fruta ou suco	06	Vitamina tropical Opção: fruta ou suco	07	Achocolatado quente Opção: fruta ou suco	08	Vitamina de banana com aveia Opção: fruta ou suco	09
 FERIADO		Mingau de chocolate Opção: fruta ou suco	13	Smoothie de coco Opção: fruta ou suco	14	 FERIADO		RECESSO ESCOLAR	
Achocolatado frio Opção: fruta ou suco	19	Morango ao leite Opção: fruta ou suco	20	Vitamina de frutas Opção: fruta ou suco	21	Café com leite Opção: fruta ou suco	22	Maracujá ao leite Opção: fruta ou suco	23
Mingau de chocolate Opção: fruta ou suco	26	Vitamina de mamão Opção: fruta ou suco	27	Mingau de baunilha Opção: fruta ou suco	28	Vitamina de banana com aveia Opção: fruta ou suco	29	logurte com morango Opção: fruta ou suco	30

LANCHE

Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
						Suco Brownie Opção: fruta	01	Suco Baguete de forno de frango Opção: fruta	02
Suco Pão com ovo Opção: fruta	05	Suco Quadrada de queijo Opção: fruta	06	Suco Bolo de chocolate Opção: fruta	07	Suco Troxinha de frango com milho Opção: fruta	08	Suco Esfírra aberta de queijo Opção: fruta	09
 FERIADO		Suco Pão na chapa Opção: fruta	13	Suco Pão de queijo Opção: fruta	14	 FERIADO		RECESSO ESCOLAR	
Suco Croissant de brigadeiro Opção: fruta	19	Suco Açaí Opção: fruta	20	Suco Pizza Opção: fruta	21	Suco Brownie Opção: fruta	22	Suco Coxinha de galinha Opção: fruta	23
Suco Queijo quente Opção: fruta	26	Suco Baguete de forno de frango Opção: fruta	27	Suco Milho cozido Opção: fruta	28	Suco Bolo de cenoura com calda de chocolate Opção: fruta	29	Suco Pão na chapa Opção: fruta	30

*Cardápio sujeito a alterações.