

**1ª SEMANA – 07/08/2017 A 11/08/17**

**LANCHE - PERÍODO DA MANHÃ**

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Biscoito de polvilho Leite com ovomaltine/ Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Pão francês com queijo branco Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolacha aperitivo com cream cheese Leite com cereal/ Suco <b>OFICINA DE NUTRIÇÃO</b> Biscoito integral salgado	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolo de Maçã integral Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Cookie de aveia Leite com Sustagen/ Suco

**ALMOÇO**

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão Omelete de legumes Salada de Acelga e tomate	<b>ALMOÇO</b> Arroz/ Feijão preto Bolinho de carne de soja Mandioquinha refogada Salada: Alface e cenoura	<b>ALMOÇO</b> Arroz Integral Feijão Frango assado com batata Salada: Repolho e tomate	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão preto Lasanha com carne moída Salada; brócolis e cenoura.	<b>ALMOÇO</b> Arroz / Feijão Nugget's caseiro de peixe Batata rostie Salada: mista de folhas
<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Gelatina/ Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

**LANCHE – MEIO PERÍODO TARDE E INTEGRAL**

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bisnaguinha com manteiga Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha água e sal integral com requeijão Leite com achocolatado/ Leite ou Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Esfirra de frango Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha maisena com cream cheese Leite batido com iogurte/ Leite ou Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Pão integral com queijo Suco

**JANTAR – MEIO PERÍODO TARDE E INTEGRAL**

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>JANTAR-SOPA</b> Ervilha com legumes, folha Carne	<b>JANTAR-SOPA</b> Canja de legumes, folha e frango.	<b>JANTAR-SOPA</b> Grão de bico, legumes, folha e carne.	<b>JANTAR-SOPA</b> Feijão branco, legumes, folha e frango.	<b>JANTAR-SOPA</b> Quirerinha com legumes e carne.
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

**2ª SEMANA – 14/08 A 18/08/2017**

**LANCHE - PERÍODO DA MANHÃ**

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Pão francês com com requeijão Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolacha de água e sal com creme de ricota Leite batido com iogurte/ Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Pão integral com queijo Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolacha maisena com cream cheese Leite com Sustagen/ Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Torrada com patê de ervas finas Suco

**ALMOÇO**

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão preto Tortilha de batata (com ovo) Salada: Repolho com tomate	<b>ALMOÇO</b> Arroz/Feijão Hamburguer de carne (adicionar chia ou aveia) Purê de batata doce Salada: couve flor e cenoura	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão Strogonoff de frango Batata assada Salada: alface/tomate	<b>ALMOÇO</b> Arroz integral Feijão Macarrão a bolonhesa Salada de alface/cenoura	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão Frango assado Purê de batata Salada de folhas verdes e tomate
<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Sagu/ Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

**LANCHE – MEIO PERÍODO TARDE E INTEGRAL**

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha aperitivo com cream cheese Leite batido com Sustagen/ Leite ou Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolo de Cenoura Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Biscoito de polvilho Leite batido com cereal/ Leite ou Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bisnaguinha com manteiga Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha água e sal Integral com manteiga Leite com achocolatado/ Leite ou Suco

**JANTAR – MEIO PERÍODO TARDE E INTEGRAL**

JANTAR – SOPA	JANTAR – SOPA	JANTAR – SOPA	JANTAR-SOPA	JANTAR-SOPA
Ervilha com legumes, folha Carne.	Canja de legumes, folha e frango.	Lentilha com legumes, folha e carne.	Grão de bico, legumes, folha e frango.	Macarrão com legumes, folha e carne de soja.
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

## 3ª SEMANA – 21/08 A 25/08/2017

## LANCHE - PERIODO DA MANHÃ

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolacha de água e sal com creme de ricota Leite com logurte/ Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolo de abobrinha Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolacha de maisena Leite com ovomaltine/ Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Pão integral com queijo branco Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> <b>ANIVERSÁRIOS</b> Fruta / Bolo de chocolate Esfirra de frango Suco <b>SALA SEM ANIVERSÁRIOS</b> Fruta/ Esfirra de frango Leite com achocolatado Suco

## ALMOÇO

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão preto Ovo mexido com legumes Salada: brócolis e tomate	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão Almôndega de carne de soja Purê nutritivo Salada: repolho/ cenoura	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão Panqueca /de frango Salada: alface/tomate/milho	<b>ALMOÇO</b> Arroz integral Feijão Rocambole de carne moída Mandioquinha refogada Salada de acelga	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão Frango crocante Batata refogada com cheiro verde Salada de folhas mistas com tomate
<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Gelatina/ Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

## LANCHE – MEIO PERIODO TARDE E INTEGRAL

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Torrada com manteiga Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha água e sal integral com cream cheese Leite com achocolatado/ Leite ou Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Pão francês integral com Manteiga Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha cream cracker com manteiga Leite com ovomaltine/ Leite ou Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> <b>ANIVERSÁRIOS</b> Fruta: / Bolo de chocolate Esfirra de frango Suco <b>SALA SEM ANIVERSÁRIOS</b> Fruta: / Bolo de chocolate Suco

## JANTAR – MEIO PERIODO TARDE E INTEGRAL

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>JANTAR – SOPA</b> Ervilha, legumes, folha e carne.	<b>JANTAR-SOPA</b> Canja de legumes, folha e frango.	<b>JANTAR – SOPA</b> Feijão, legumes, folha e carne.	<b>JANTAR – SOPA</b> Macarrão com legumes, folha e frango.	<b>JANTAR – SOPA</b> Creme de legumes com , legumes, folha e carne.
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

## 4ª SEMANA – 28/08/17 A 01/09/2017

## LANCHE - PERIODO DA MANHÃ

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Bolacha água e sal integral com manteiga Leite com achocolatado/ Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Rosca com requeijão Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Biscoito de polvilho Leite com Sustagen/ Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Pão francês com manteiga Suco	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta Biscoitinho de chia Leite com iogurte/ Suco

## ALMOÇO

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão preto Ovo de codorna cozido Batata doce assada Salada: acelga /cenoura	<b>ALMOÇO</b> Arroz / Feijão Carne moída com cenoura ao sugo Torta de couve flor Salada alface e tomate	<b>ALMOÇO</b> Arroz integral Feijão Frango assado Souflê de legumes Salada de Brócolis	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão preto Canelone a bolonhesa Salada de Repolho e cenoura	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão Hamburguinho de atum Batata rostie Salada: mista de folhas
<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Sagu/ Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta	<b>SOBREMESA</b> Fruta
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

## LANCHE – MEIO PERIODO TARDE E INTEGRAL

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Pão francês com queijo branco Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha água e sal integral com creme de ricota Leite com cereal/ Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Pão de queijo Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolacha cream cracker com cream cheese Leite com Ovomaltine/ Leite ou Suco	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta Bolo de Laranja Suco

## JANTAR – MEIO PERIODO TARDE E INTEGRAL

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>JANTAR – SOPA</b> Ervilha, legumes, folha e carne	<b>JANTAR – SOPA</b> Canja de legumes, folha e frango	<b>JANTAR-SOPA</b> Lentilha, legumes, folha e carne	<b>JANTAR-SOPA</b> Feijão branco, legumes, folha e frango.	<b>JANTAR-SOPA</b> Quirerinha com legumes e carne.
<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>	<b>SUCO</b>

**OBSERVAÇÃO:**

- Continuaremos a oferecer bolo sem cobertura para os alunos até 3 anos.
- Continuaremos a seguir as orientações dos alunos que não tomam leite Ninho ou leite B, e com os de restrição alimentar.
- Para os alunos que não comem gelatina / sagu continuaremos a oferecer fruta.
- **ATENÇÃO:** Temperos: alho (pouco); cebola; óleo de girassol, pouco sal.
- Cardápio sujeito a alterações em decorrência de: qualidade do produto e/ou atraso na entrega do fornecedor, e/ou dificuldade em encontrar o produto.
- Entende-se por produto todo e qualquer alimento presente no cardápio.

**Nutricionista Responsável: Mônica Jácomo Mourão CRN 3582**

***e-mail: monicajacomourao@yahoo.com.br***