

Sexta-feira

Dia 1

Lanche da
manhã

Pão de forma integral
Suco de abacaxi com hortelã
Mamão

Almoço

Arroz branco/Feijão Iscas de
carne com
pimentão
Macarrão integral Molho sugo
Salada de rúcula com tomate
Banana

Lanche da
tarde

Torrada integral caseira
Suco de morango
Maçã

Segunda-feira

Dia 4

Terça-feira

Dia 5

Quarta-feira

Dia 6

Quinta-feira

Dia 7

Sexta-feira

Dia 8

Lanche da
manhã

Pão francês integral
Suco goiaba
Maçã

Torrada integral caseira
Leite com manga
Abacaxi

Pão pizza
Suco de goiaba
Banana

Milho cozido
Suco de pêssego
Melão

Bolo de fubá
Suco de abacaxi
Salada de frutas

Almoço

Arroz branco/Arroz integral/
Feijão
Strogonof de frango
Batata palha
Salada de repolho colorido
Melancia

Arroz branco/Feijão
Hamburguer caseiro
Cenoura palito
Salada de agrião
Maçã

Arroz branco/Arroz integral/
Feijão
Fricassê de frango
Mandioca cozida
Salada de alface e rabanete
Mamão

Arroz branco/Feijão
Copa lombo assado
Farofa de legumes
Salada de almeirão com tomate
Laranja

Arroz branco/Feijão
Macarrão integral
Molho sugo
Moída com abobrinha
Salada de acelga
Gelatina

Lanche da
tarde

Pão de forma com
patê
Suco de laranja com acerola
Mamão

Pão pizza
Suco de abacaxi com hortelã
Banana

Milho cozido
Suco de laranja
Melancia

Bolo de fubá
Suco de uva
Salada de frutas

Torrada integral caseira com
patê
Suco de acerola
Melão

- Lanches compostos por pães integrais são servidos com: requeijão, manteiga e geleia de frutas.
- Às 13h para alunos do bilingue vespertino e às 18h para integral é servida fruta in natura.
- No almoço são servidas opções de proteína, terça e quinta: peito de frango em iscas. Já em segunda, quarta e sexta: ovos mexidos.

CARDÁPIO MENSAL
NOVEMBRO 2024

NOVA
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano
CRN3 46801

EDUCAÇÃO INFANTIL

	Segunda-feira Dia 11	Terça-feira Dia 12	Quarta-feira Dia 13	Quinta-feira Dia 14	Sexta-feira Dia 15
Lanche da manhã	Pão de forma integral Suco de morango Maçã	Biscoito de polvilho Leite com uva Banana	Bolo de milho Suco de pêssego Melão	iogurte Flocos de milho Salada de frutas	
Almoço	Arroz branco/Arroz integral/ Feijão Carne de panela Chuchu refogado Salada de acelga Melancia	Arroz branco/Feijão Omelete de forno Brócolis cozido Salada de alface e tomate Mamão	Arroz branco/Arroz integral/ Feijão Frango desfiado Batatinha assada Salada de agrião e cenoura Maçã	Arroz branco/Feijão Feijoadinha light Farofa de legumes Salada de couve Laranja	FERIADO
Lanche da tarde	Biscoito de polvilho Suco de abacaxi com hortelã Melão	Bolo de milho Suco de maracujá Abacaxi	iogurte Flocos de milho Salada de frutas	Pão francês integral Suco de acerola Melancia	
	Segunda-feira Dia 18	Terça-feira Dia 19	Quarta-feira Dia 20	Quinta-feira Dia 21	Sexta-feira Dia 22
Lanche da manhã	Pão francês integral Suco de manga Maçã	Pão de queijo Suco de uva Abacaxi		Pão de forma integral Leite com morango Melancia	Bolo formigueiro Suco de pêssego Banana
Almoço	Arroz branco/Arroz integral/ Feijão Isclas de frango Creme de milho Salada de repolho Melão	Arroz branco/Feijão Strogonof de carne Beterraba cozida Salada de alface e pepino Mamão	FERIADO	Arroz branco/Feijão Pernil em isclas Quibebe Salada de rúcula com tomate Abacaxi	Arroz branco/Feijão Macarrão integral Molho de espinafre Frango desfiado Salada de couve Pudim
Lanche da tarde	Pão de queijo Suco de maracujá Abacaxi	Bisnaguinha integral Suco de laranja Banana		Bolo formigueiro Suco de acerola Banana	Torrada integral caseira Suco de abacaxi Mamão

- Lanches compostos por pães integrais são servidos com: requeijão, manteiga e geleia de frutas.
- Às 13h para alunos do bilíngue vespertino e às 18h para integral é servida fruta in natura.
- No almoço são servidas opções de proteína, terça e quinta: peito de frango em isclas. Já em segunda, quarta e sexta: ovos mexidos.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

EDUCAÇÃO INFANTIL

	Segunda-feira Dia 25	Terça-feira Dia 26	Quarta-feira Dia 27	Quinta-feira Dia 28	Sexta-feira Dia 29
Lanche da manhã	Bisnaguinha integral Suco de goiaba Maçã	Bolo de chocolate Leite com uva Banana	Pão pizza Suco de pêssego Melão	Torrada integral caseira Suco de abacaxi com hortelã Mamão	Biscoito de polvilho Suco de morango Abacaxi
Almoço	Arroz branco/Feijão Frango ao sugo Polenta cremosa Salada de repolho Abacaxi	Arroz branco/Feijão Quibe de forno com frios Purê de batata Salada de alface e pepino Melancia	Arroz branco/Arroz integral/ Feijão Frango desfiado Purê de batata Salada de acelga Maçã	Arroz branco/Feijão Feijoada light Farofa de legumes Salada de couve Laranja	Arroz branco/Feijão Macarrão integral Molho sugo Moída com abobrinha Salada de acelga Gelatina
Lanche da tarde	Bolo de chocolate Suco de manga Mamão	Pão pizza Suco de maracujá Abacaxi	Pão francês integral com patê Suco de acerola Banana	Biscoito de polvilho Suco de uva Salada de fruta	Pão de forma integral Suco de laranja Melão

- Lanches compostos por pães integrais são servidos com: requeijão, manteiga e geleia de frutas.
- Às 13h para alunos do bilíngue vespertino e às 18h para integral é servida fruta in natura.
- No almoço são servidas opções de proteína, terça e quinta: peito de frango em iscas. Já em segunda, quarta e sexta: ovos mexidos.