

## BERÇÁRIOS II E III

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Colação</b>	Biscoito de arroz Maçã	Biscoito de polvilho Banana	Bolo de banana Pera	Danoninho caseiro de morango Melão	Banana amassada com aveia
<b>Almoço</b>	Massinha Feijão Carne moída Cenoura refogada em cubos pequenos  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Frango desfiado Abobrinha amassada  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Sobrecoxa assada desfiada Batata inglesa cozida  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Carne moída Couve flor no vapor  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Cubos de peito de frango ensopado com mix de legumes  Sobr.: Fruta
<b>Lanche</b>	Banana amassada com aveia	Biscoito de arroz Maçã	Biscoito de polvilho Banana	Bolo de banana Pera	Danoninho caseiro de morango Melão
<b>Refeição do entardecer</b>	Arroz Sobrecoxa ensopada com batata doce  Sobr.: Fruta	Massinha Carne moída Quibebe de abóbora  Sobr.: Fruta	Arroz Carne assada desfiada Cenoura cozida em palitos Sobr.: Fruta	Arroz Ovo mexido Purê de batata inglesa  Sobr.: Fruta	Arroz Isca de carne Purê de inhame  Sobr.: Fruta

Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional. Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.  
Quando o (a) aluno (a) não gostar ou não puder ingerir o lanche do dia, é preciso que traga, de casa, uma substituição para lanche na escola.

MATERNAL I E MATERNAL II					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Colação</b>	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Brioche com pasta de queijo Limonada com acerola	Pão suíço com margarina Suco de caju
<b>Almoço</b>	Macarrão Feijão Carne moída Cenoura refogada  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Isca de frango Abobrinha  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Sobrecoxa assada Batata rústica  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Lasanha de carne moída Couve flor ao vinagrete Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Cubos de peito de frango ensopado com mix de legumes  Sobr.: Fruta
<b>Lanche</b>	Pão suíço com margarina Suco de caju	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Pão francês com pasta de queijo Limonada com acerola
<b>Refeição do entardecer</b>	Arroz Sobrecoxa ensopada com batata doce Sobr.: Fruta	Macarrão Carne moída Quibebe de abóbora  Sobr.: Fruta	Arroz Carne assada Cenoura cozida em palitos Sobr.: Fruta	Arroz Ovo mexido Mix de legumes  Sobr.: Fruta	Arroz Isca de carne Purê de inhame  Sobr.: Fruta

Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional. Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.  
Quando o (a) aluno (a) não gostar ou não puder ingerir o lanche do dia, é preciso que traga, de casa, uma substituição para lanche na escola.

PRÉ I E PRÉ II					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Colação</b>	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Brioche com pasta de queijo Limonada com acerola	Pão suíço com margarina Suco de caju
<b>Almoço</b>	Macarrão Feijão Carne moída Cenoura refogada  Salada: verde com agrião  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Isca de frango Abobrinha  Salada: verde com pepino  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Sobrecoxa assada Batata rústica  Salada: tropical (alface, cebola, manga) Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Lasanha de carne moída Couve flor ao vinagrete Salada: verde com tomate Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Cubos de peito de frango ensopado com mix de legumes  Salada: beterraba ralada  Sobr.: Fruta
<b>Lanche</b>	Pão suíço com margarina Suco de caju	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Pão francês com pasta de queijo Limonada com acerola
<b>Refeição do entardecer</b>	Arroz Sobrecoxa ensopada com batata doce Sobr.: Fruta	Macarrão Carne moída Vagem refogada  Sobr.: Fruta	Arroz Carne assada Cenoura cozida em palitos Sobr.: Fruta	Arroz Ovo mexido Mix de legumes Sobr.: Fruta	Arroz Isca de carne Purê de inhame Sobr.: Fruta

Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional. Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.  
Quando o (a) aluno (a) não gostar ou não puder ingerir o lanche do dia, é preciso que traga, de casa, uma substituição para lanche na escola.

1º ano ao 6º ano					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Colação</b>	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Brioche com pasta de queijo Limonada com acerola	Pão suíço com margarina Suco de caju
<b>Almoço</b>	Macarrão Feijão Carne moída Cenoura refogada  Salada: verde com agrião  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Isca de frango Abobrinha  Salada: verde com pepino  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Sobrecoxa assada Batata rústica Farofa Salada: tropical (alface, cebola, manga) Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Lasanha de carne moída Couve flor ao vinagrete Salada: verde com tomate Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Cubos de peito de frango ensopado com mix de legumes Salada: beterraba ralada Sobr.: Fruta
<b>Lanche</b>	Pão suíço com margarina Suco de caju	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Pão francês com pasta de queijo Limonada com acerola
<b>Refeição do entardecer</b>	Arroz Sobrecoxa ensopada com batata doce Sobr.: Fruta	Macarrão Carne moída Vagem refogada  Sobr.: Fruta	Arroz Carne assada Cenoura cozida em palitos Sobr.: Fruta	Arroz Ovo mexido Mix de legumes  Sobr.: Fruta	Arroz Isca de carne Purê de inhame  Sobr.: Fruta

Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional. Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.  
Quando o (a) aluno (a) não gostar ou não puder ingerir o lanche do dia, é preciso que traga, de casa, uma substituição para lanche na escola.

## 7º, 8º, 9º ano e Ensino Médio

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Colação</b>	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Brioche com pasta de queijo Limonada com acerola	Pão suíço com margarina Suco de caju
<b>Almoço</b>	Macarrão Feijão Carne moída Cenoura refogada  Salada: verde com agrião  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Isca de frango Abobrinha  Salada: verde com pepino  Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Sobrecoca assada Batata rústica Farofa Salada: tropical (alface, cebola, manga) Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Lasanha de carne moída Couve flor ao vinagrete Salada: verde com tomate Sobr.: Fruta	Arroz Feijão Cubos de peito de frango ensopado com mix de legumes Salada: beterraba ralada Sobr.: Fruta
<b>Lanche</b>	Pão suíço com margarina Suco de caju	Pão francês com requeijão Maçã	Torrada com margarina Laranjada	Bolo mesclado Banana	Pão francês com pasta de queijo Limonada com acerola

Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional. Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.  
Quando o (a) aluno (a) não gostar ou não puder ingerir o lanche do dia, é preciso que traga, de casa, uma substituição para lanche na escola.