

CARDÁPIO ALMOÇO INTEGRAL

ENSINO FUNDAMENTAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA



SALADA

01/03 a 02/03



PRATO
PRINCIPAL

Tomate
Tomatinho Cereja
Americana/ Rúcula
Milho/ Ervilha
Molho de Iogurte

Tomate
Salpicão
Mix de Folhas Nobres
Beterraba Cozida
Molho Rosé

Arroz/ Feijão
Bifinho de Boi
Brócolis ao vapor
Farofinha Temperada

Arroz/ Feijão
Peixinho Empanado
Purê de Batatas
Moranga Refogada



SALADA

05/03 a 09/03



PRATO
PRINCIPAL

Tomate
Macarronese
Mix de Folhas Nobres
Cenoura Ralada /
Abobrinha Ralada
Molho Verde

Tomate
Salada de Batatas
Mix de Folhas Nobres
Brócolis
Molho Rosé

Tomate
Maionese Comum
Mix de Folhas Nobres
Milho / Cenoura Cozida
Molho de Alho

Tomate
Salpicão
Mix de Folhas Nobres
Moranga Cozida
Molho de Iogurte

Tomate
Maionese c/ Abacaxi
Mix de Folhas Nobres
Tomate Cereja / Milho
Molho Rosé

Arroz/ Feijão
Carminha Moida
Brócolis ao Alho
Parafuzinho ao Sugo

Arroz/ Feijão Preto
Espetinho de Franguinho
Bolinho de Aroz c/
Espinafre
Cenourinha a Juliana

Arroz/ Feijão
Ovinho Pochê
Farofinha Mineira
Pãozinho c/ Alho

Arroz/ Feijão
Franguinho Assado
Moranguinha
Espagueteinho Ao alho e
óleo

Arroz/ Feijão
Peixinho Empanado
Purezinho de batatas
Couvinha

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA



SALADA

Tomate
Salada Fusili ao Pesto
Mix de Folhas Nobres
Ervilha / Beterraba
Cozida
Molho de Limão

Tomate
Maionese
Mix de Folhas Nobres
Tomate cereja / Milho
Molho de Alho

Tomate
Tabule
Mix de Folhas Nobres
Baroa / Azeitonas
Molho Rosé

Tomate
Macarronese
Mix de Folhas Nobres
Couve Flor/ Cenoura
Cozida
Molho de Iogurte

Tomate
Salada Grega
Mix de Folhas Nobres
Ratatouille / Beterraba
Cozida
Molho Verde

12/03 a 16/03



PRATO
PRINCIPAL

Arroz/ Feijão
Bifinho de Boi
Espaguete Alho e óleo
Batatinha doce

Arroz/ tutu Feijão
Linguicinha de Frango
Macarrãozinho do Thiago
Couvinha

Arroz/ Feijão
Espetinho de kafta
Espinafrinho
Penne ao Sugo

Arroz/ Feijão
Cozidinho Paulista
Anguzinho c/ Queijinho
Batatinha Corada

Arroz/ Feijão
Peixinho Empanado
Purezinho de batatas
Couvinha



SALADA

Tomate
Salada Mista
Mix de Folhas Nobres
Cenoura / Brocólis
Molho Pesto

Tomate
Macarronese
Mix de Folhas Nobres
Milho / Couve Flor
Vinagrete

Tomate
Salpicão
Mix de Folhas Nobres
Azeitona / Moranga
Guacamole

Tomate
Maionese
Mix de Folhas Nobres
Broto de Feijão/ Tomate
Cereja
Molho de Alho

Tomate
Salada de Atum
Mix de Folhas Nobres
Beterraba Cozida /
Vagem
Molho Rosé

19/03 a 23/03



PRATO
PRINCIPAL

Arroz/ Feijão
Carninha Moida c/
Batatinha
Moranguinha
Garavatinha ao Sugo

Arroz/ Feijão PReto
Franguinho C/ Quiabo
Anguzinho
Couvinha

Arroz/ Feijão
Hamburguinho Caseiro
Macarrãozinho Magico
Farofinha Mineira

Arroz/ Feijão
Bifinho de Boi
Brocolizinho ao Alho
Espaguete a
Bolonhesa

Arroz/ Feijão
Peixinho Empanado
Purezinho de batatas
Couvinha

CARDÁPIO ALMOÇO INTEGRAL

ENSINO FUNDAMENTAL

26/03 a 30/03



SALADA



**PRATO
PRINCIPAL**

SEGUNDA

Tomate
Maionese
Mix de Folhas Nobres
Ervilha / Cenoura Cozida
Molho Rosé

TERÇA

Tomate
Macarrone
Mix de Folhas Nobres
Repolho Roxo / Maça
Molho de Alho

QUARTA

Tomate
Tabule
Mix de Folhas Nobres
Beterraba Cozida
Molho de Limão

QUINTA

RECESSO

SEXTA

FERIADO

Arroz/ Feijão Preto
Bifinho de Boi
Batatinha Corada
Farofinha c/ Cenourinha

Arroz/ Feijão
Carninha moída
Abobrinha c/ quiabinho
Batatinha doce

Arroz/ Feijão
Carninha Cozida
Farfalezinho ao sugo

RECESSO

FERIADO

