

CARDÁPIO ALMOÇO INTEGRAL

ENSINO FUNDAMENTAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA



SALADA

30/04 a 04/05

FERIADO

Salada de Grão de Bico
Maionese de Batata c/
Presunto
Crocante c/ Croutons
Salada Asian Slaw

Salada Russa
Maionese
Salada Verde C/ Manga
Salada Waldorf

Salada Caesar
Salpicão
Rúcula c/ Manga
Salada de Couve Flor/
Tomate e Cenoura



PRATO
PRINCIPAL

FERIADO

Arroz / Feijão Preto
Cozido Paulista
Couve
Penne ao Molho Branco

Arroz / Feijão
Franguinho Ensopado
Quiabo
Angu

Arroz / Feijão
Carninha Moída
Inhame Ensopado
Brócolis ao Alho e Óleo



SALADA

07/05 a 11/05

Salada Primavera
Macarrone
Salada Crocante c/
Croutons
Salada de Repolho

Salada Italiana de
Tomate c/ Manjeriçã
Maionese c/ Salsicha
Rúcula Americana c/
Croutons
Tabule

Salada de Broto de Feijão
Frango c/ Batata Palha
Mix Verde
Beterraba Cozida

Salada
Salpicão
Mix de Folhas
Cenoura Ralada

Salada Italiana
Maionese Tradicional
Mix de Folhas
Milho Verde



PRATO
PRINCIPAL

Arroz / Feijão
Bifinho de Frango
Macarrão Farfalhe ao
Sugo
Espinafre c/ Ovos

Arroz / Feijão Preto
Lagarto Assado
Mandioquinha Cozida
Farofa c/ Cenoura

Arroz / Feijão
Nhoque Bolonhesa
Ovos Mexidos
Espinafre

Arroz / Feijão Preto
Espetinho de Frango
Batatinha Gratinada
Bolinho de Arroz c/
Queijo

Arroz / Feijão
Macarrão ao Sugo
Isca de Peixe Empanado
Purê de Batatas

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA



SALADA

Vinagrete
Maionese de Legumes
Tradicional
Mix de Folha Verde
Salada de Cenoura/
Beterraba

Salada Tropical
Maionese c/ Salsicha
Alface c/ Guacamole
Repolho

Salada Primavera
Macarronese
Mix de Folhas Verde
Batata c/ Ervas

Salada
Salpicão
Mix de Folhas Verde
Tabule

Salada Waldorf
Vinagrete
Mix de Folhas Verde
Ratatouille

14/05 a 18/05



PRATO
PRINCIPAL

Arroz / Feijão
Carninha Moída
Angu
Vagem c/ Ovos

Arroz / Feijão Batido
Coxinha de Frango Assada
Brócolis ao Alho
Batata Cozida e Frita

Arroz / Feijão
Almondegas ao Sugo
Moranga Ensopada
Couve

Arroz / Feijão
Fricassê de Frango
Cenoura c/ Ervilha
Macarrão

Arroz / Feijão
Espetinho de Frango
Couve
Farofa / Batata Assada



SALADA

Salada Italiana de
Tomate c/ Manjericão
Maionese de Legumes
Tradicional
Salada de Abobrinha
Italiana
Cenoura c/ Vagem

Torta Pão de Forma
Salada de Massas c/
Frango
Mix de Folhas
Tomate

Salada Primavera
Salada Cremosa de
Batata
Salada Verde
Couve Flor

Salada de Atum c/
Batatas
Salpicão
Rúcula c/ Manga
Brócolis

Mix de Folhas c/ Frutas
Macarronese
Salada de Repolho Verde
Vinagrete

21/05 a 25/05



PRATO
PRINCIPAL

Arroz / Feijão Preto
Coxa Sobrecoxa Assada
Farofa Rica
Farfalle ao Alho e Óleo

Arroz / Feijão
Kafta
Ovinhos Mexidos
Bolinho de Arroz c/
Cenoura

Arroz / Feijão
Lasanha
Beterraba Cozida
Franguinho Ensopado c/
Batatas

Arroz / Feijão
Carninha Cozida
Couve
Milho Verde

Arroz / Feijão
Bifinho de Frango
Empanado
Polenta Recheada
Batata Corada

28/05 a 01/06



SALADA

SEGUNDA

Salada
Maionese Tradicional
Mix de Folhas Verde
Salada Crocante c/
Croutons

TERÇA

Salada Tropical
Macarronese
Mix de Folhas Verde
Tabule

QUARTA

Salada de Broto de Feijão
Maionese c/ Batata c/
Presunto
Mix de Folhas Verde
Repolho Roxo

QUINTA

Salada Italiana
Maionese c/ Frango
Mix de Folhas Verde
Salada de Couve Flor/
Tomate e Cenoura

SEXTA

Rúcula Americana c/
Croutons
Salpicão
Mix de Folhas Verde
Milho/ Ervilha



PRATO
PRINCIPAL

Arroz / Feijão
Estrogonofe de Carne
Batata Soutê
Macarrão ao Alho e Óleo

Arroz / Feijão Preto
Carninha Moída Sequinha
Farofa
Beringela Empanada

Arroz / Feijão
Bifinho de Pernil
Ovo Cozido
Couve

Arroz / Feijão Preto
Coraçãozinho
Brócolis ao Alho
Moranga

Arroz / Feijão
Vaca Atolada
Couve
Espaguete ao alho e Óleo

