

EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL I

	Segunda-feira Dia 3	Terça-feira Dia 4	Quarta-feira Dia 5	Quinta-feira Dia 6	Sexta-feira Dia 7
Lanche da manhã	Pão francês integral Suco uva Maçã	Bisnaguinha integral Leite com morango Salada de frutas	Pão pizza Suco de pêssego Abacaxi	Pão de queijo Leite com cacau Mamão	Bolo de cenoura Suco de goiaba Melão
Almoço	Arroz branco/Arroz integral/Feijão Frango em iscas Creme de milho Salada de acelga Melancia	Arroz branco/Arroz integral/Feijão Carne de panela Cenoura cozida Salada de agrião e pepino Melão	Arroz branco/Feijão Frango assado Batata bolinha Salada de alface e cenoura Maçã	Arroz branco/Feijão Feijoadinho light Farofa de legumes Salada de vinagrete Laranja	Arroz branco/Feijão Macarrão integral Molho sugo Moída com mandioquinha Salada de couve Gelatina
Lanche da tarde	Pão de forma integral Suco de acerola Salada de frutas	Pão pizza Suco de maracujá Maçã	Pão de queijo Suco de laranja Banana	Bolo de cenoura Suco de uva Melancia	Torrada integral caseira com patê Suco de abacaxi Mamão
	Segunda-feira Dia 10	Terça-feira Dia 11	Quarta-feira Dia 12	Quinta-feira Dia 13	Sexta-feira Dia 14
Lanche da manhã	Pão de forma integral Suco maracujá Maçã	Torta de frango Leite com manga Abacaxi	Biscoito de polvilho Suco de goiaba Melão	Torrada integral caseira Suco de abacaxi com hortelã Salada de frutas	Bolo formigueiro Suco de morango Mamão
Almoço	Arroz branco/Arroz integral/Feijão Fricassê Brócolis cozido Salada de acelga Melão	Arroz branco/Feijão Quibe de assadeira Beterraba palito Salada de agrião Melancia	Arroz branco/Arroz integral/Feijão Frango desfiado Couve flor cozida Salada de rúcula Mamão	Arroz branco/Feijão Strogonof de pernil Batata palha Salada de alface e tomate Banana	Arroz branco/Feijão Macarrão integral Molho sugo Carne em iscas Salada de couve Pudim
Lanche da tarde	Torta de frango Suco de acerola Mamão	Biscoito de polvilho Suco de abacaxi Maçã	Pão francês integral Suco de laranja com acerola Salada de frutas	Bolo formigueiro Suco de uva Abacaxi	Bisnaguinha integral Suco de pêssego Melancia

OBSERVAÇÕES: Em todos os lanches são servidos requeijão, manteiga e geleia de frutas

São servidos opções de proteína diárias, terça e quinta: peito de frango em iscas e às segunda, quarta e sexta: ovos mexidos

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL I

	Segunda-feira Dia 17	Terça-feira Dia 18	Quarta-feira Dia 19	Quinta-feira Dia 20	Sexta-feira Dia 21
Lanche da manhã	Pão francês integral Suco de laranja com acerola Maçã	iogurte de morango Flocos de milho Salada de frutas	Bolo mesclado Suco de pêssego Maçã	Torrada integral caseira Leite com morango Melão	Milho cozido Suco de abacaxi Mamão
Almoço	Arroz branco e integral/ Feijão Frango assado Vagem com cenoura Salada de repolho Melancia	Arroz branco /Feijão Carne desfiada com pimentões Abobrinha palito Salada de rúcula Banana	Arroz branco e integral/Feijão Moída ao sugo Polenta cremosa Salada de acelga Mamão	Arroz branco/Feijão Pernil em iscas Quibebe Salada de couve Laranja	Arroz branco/Feijão/Macarrão integral Frango desfiado Molho de espinafre Salada de tomate com alface Sagu
Lanche da tarde	iogurte de morango Flocos de milho Salada de frutas	Bolo mesclado Suco de laranja Abacaxi	Bisnaguinha integral com patê Suco de maracujá Melancia	Milho cozido Suco de manga Banana	Bisnaguinha integral Suco de uva Maçã
	Segunda-feira Dia 24	Terça-feira Dia 25	Quarta-feira Dia 26	Quinta-feira Dia 27	Sexta-feira Dia 28
Lanche da manhã	Pão francês integral com patê Suco de uva Maçã	Pão de queijo Leite com morango Melancia	Biscoito de polvilho Suco de goiaba Melão	Torrada integral caseira Leite com morango Salada de cacau	Bolo de coco Suco de abacaxi Mamão
Almoço	Arroz branco e integral/Feijão Frango em iscas Chuchu refogado Salada de rabanete com alface Melão	Arroz branco /Feijão Omelete de forno Purê de batata Salada de rúcula Abacaxi	Arroz branco/Feijão Stroganof de frango Batata bolinha assada Salada de alface com pepino Mamão	Arroz branco/Feijão Feijoadina light Farófa de legumes Salada de couve Laranja	Arroz branco/Feijão/Macarrão integral Almondega caseira Molho sugo Salada de agrião Sagu
Lanche da tarde	Pão de queijo Suco de maracujá Mamão	Biscoito de polvilho Suco de laranja com acerola Melancia	Bisnaguinha integral Suco de pêssego Salada de frutas	Bolo de coco Suco de manga Banana	Pão francês integral Suco de morango Maçã

OBSERVAÇÕES: Em todos os lanches são servidos requeijão, manteiga e geleia de frutas

São servidos opções de proteína diárias, terça e quinta: peito de frango em iscas e às segunda, quarta e sexta: ovos mexidos

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES