

## SEMANA A

### SEGUNDA-FEIRA

### TERÇA-FEIRA

### QUARTA-FEIRA

### QUINTA-FEIRA

### SEXTA-FEIRA

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pão francês com patê de frios</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bolo de chocolate</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pão com queijo e presunto</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bolo de frutas</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pão de cenoura com requeijão</li> <li>• fruta da época</li> </ul>
	 <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• achocolatado</li> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>
ALMOÇO	 <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• lasanha à bolonhesa</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína: → nuggets → carne moída refogada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• batata palha</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína: → estrogonofe de carne → ovo mexido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína: → frango assado → almôndegas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína: → macarrão à bolonhesa → iscas de frango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• polenta</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína: → carne de panela → ovo frito</li> </ul>
	 <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>
LANCHE	 <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pão de queijo</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cachorro-quente</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cereais</li> <li>• iogurte</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• broa de milho com manteiga</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bolo de cenoura</li> <li>• fruta da época</li> </ul>
	 <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>

### \*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.

\* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

\* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras.

O lanche é oferecido somente no período do contraturno escolar. Para o intervalo do período pedagógico, o aluno poderá trazer lanche de casa ou adquirir na cantina da unidade.

## SEMANA B

### SEGUNDA-FEIRA

### TERÇA-FEIRA

### QUARTA-FEIRA

### QUINTA-FEIRA

### SEXTA-FEIRA

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pão francês com requeijão</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bolo de frutas</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cereais</li> <li>• iogurte</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bolo de fubá</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pão de beterraba</li> <li>• patê de frango</li> <li>• fruta da época</li> </ul>
	 <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• achocolatado</li> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>
ALMOÇO	 <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• lasanha de queijo</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>→ frango à passarinho</li> <li>→ ovo cozido</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>→ iscas de peixe</li> <li>→ frango assado</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• batata palha</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>→ estrogonofe de frango</li> <li>→ carne moída refogada</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• batata rústica assada</li> <li>• Legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>→ lombo assado</li> <li>→ ovo mexido</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arroz / feijão</li> <li>• legumes</li> <li>• 2 saladas</li> <li>• fruta da época</li> <li>• opções de proteína:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>→ frango assado</li> <li>→ iscas de carne</li> </ul> </li> </ul>
	 <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá gelado</li> <li>• suco natural</li> </ul>
LANCHE	 <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chineque</li> <li>• fruta da época</li> <li>• rosquinha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pão de queijo</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• broa de milho com patê de frios</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pizza</li> <li>• fruta da época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bolo de chocolate</li> <li>• fruta da época</li> </ul>
	 <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• achocolatado</li> <li>• chá</li> <li>• suco natural</li> </ul>

### \*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.

\* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

\* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras.

O lanche é oferecido somente no período do contraturno escolar. Para o intervalo do período pedagógico, o aluno poderá trazer lanche de casa ou adquirir na cantina da unidade.