

CARDÁPIO I – SETEMBRO

1ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHA	Melancia em pedaços Cuscuz com ovo Suco de manga	Goiaba em cubinhos Bolo de laranja caseiro Suco uva	Melão em pedaços Sopa de letrinhas Suco de maracujá	Maçã em pedacinhos Tapioca de queijo Suco de acerola	Banana em pedaços Cookies de banana com aveia caseiro Suco de abacaxi
ALMOÇO	Frango a jardineira (ao forno com legumes cozidos, milho e ervilha) Macarrão ao molho de tomate Feijão preto Suco de acerola	Salada de cenoura e batata Bolinho de peixe Arroz com brócolis Feijão carioca Suco de abacaxi	Purê de batata Isca de carne acebolada Macarrão refogado na cebola Feijão preto Suco de tangerina	Alface, tomate e pepino picadinho Isca de frango acebolado Arroz com brócolis Feijão carioca Suco de goiaba	Legumes do cozido Cozido Pirão Arroz branco Suco de melancia
CEIA	Mamão picadinho Biscoito de chocolate caseiro Suco de goiaba	Maçã picadinha Pizza de liquidificador Suco de graviola	Banana picadinha Sanduiche de queijo Suco de manga	Abacaxi em pedaços Sopa de feijão Suco de tangerina	Pastelão de frango Suco de uva

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade das frutas

CARDÁPIO II – SETEMBRO

2ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHA	Goiaba em pedaços Cuscuz com carne moída Suco de tangerina	Manga em pedaços Pastelzinho de queijo caseiro Suco de abacaxi	Banana picadinha Pão com ovo Danone	Uva verde Inhame com requeijão Suco de maracujá	Maçã em pedaços Salgadinho de queijo com cebola Suco de uva
ALMOÇO	Saladinha de batata e cenoura Franguinho ao molho pizzaiolo (molho de tomate, orégano e queijo parmesão ralado) Espaguete ao alho e cebola Feijão preto Suco de manga	Batata em palito no forno Isca de carne acebolada Arroz com espinafre Feijão carioca Suco de acerola	Salada crua de alface, tomate Frango ao forno (coxa e sobrecoxa) com milho e ervilha Macarrão refogado com cebola Feijão preto Suco de tangerina	Legumes cozidos (beterraba, chuchu e batata) Carne guisada Arroz com batatinhas Feijão carioca Suco de cajá	Saladinha de alface, tomate e pimentão Frango empanado de forno Macarrão ao molho de tomate Feijão preto Suco de abacaxi
CEIA	Uva verde Canja Suco de cajá	Melancia picadinha Cupcake de laranja Suco de uva	Goiaba picadinha Sopa de feijão Suco de goiaba	Bagos de tangerina Biscoito de aveia e mel caseiro Suco de acerola	Mamão em pedaços Pizza de pão de caixa Suco de manga

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade de sazonalidade das frutas

OBS².: Os alunos matriculados no horário regular, ou seja, manhã ou tarde, deverão seguir o lanche adequado ao seu horário recebendo este aluno uma refeição. Os alunos matriculados no hotelzinho irão receber 3 refeições.

CARDÁPIO III - SETEMBRO

3ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHA	<p>Uva verde</p> <p>Cuscuz com ovo</p> <p>Suco de goiaba</p>	<p>Maçã em cubinhos</p> <p>Bolinho de macaxeira com frango</p> <p>Suco de uva</p>	<p>Banana em pedaços</p> <p>Inhame com requeijão</p> <p>Suco de acerola</p>	<p>Tangerina</p> <p>Pãozinho com hambúrguer caseiro</p> <p>Suco de graviola</p>	<p>Melancia em pedaços</p> <p>Bolo formigueiro</p> <p>Suco de cajá</p>
ALMOÇO	<p>Purê de batata</p> <p>Carne moída ao molho de tomate com legumes</p> <p>Macarrão refogado com cebola e alho</p> <p>Feijão preto</p> <p>Suco de maracujá</p>	<p>Saladinha de batata com milho e cenoura ralada</p> <p>Isca de frango a jardineira</p> <p>Arroz com espinafre</p> <p>Feijão carioca</p> <p>Suco de melancia</p>	<p>Purê de batata</p> <p>Carne picadinha acebolada</p> <p>Macarrão ao molho de tomate</p> <p>Feijão preto</p> <p>Suco de uva</p>	<p>Legumes cozidos no vapor (brócolis, cenoura e batata)</p> <p>Frango grelhado desfiado</p> <p>Arroz com espinafre</p> <p>Feijão carioca</p> <p>Suco de abacaxi</p>	<p>Saladinha de acelga, alface e repolho verde</p> <p>Feijoadinha saudável (feijão preto, carne bovina)</p> <p>Arroz branco</p> <p>Suco de goiaba</p>
CEIA	<p>Manga picadinha</p> <p>Tapioca de queijo</p> <p>Suco de tangerina</p>	<p>Melancia em pedaços</p> <p>Sopa de carne</p> <p>Suco de goiaba</p>	<p>Goiaba em pedacinhos</p> <p>Broinha de milho</p> <p>Suco de manga</p>	<p>Uva verde</p> <p>Inhame com carne moída</p> <p>Suco de maracujá</p>	<p>Maçã picadinha</p> <p>Pãozinho caseiro de batata recheado com frango</p> <p>Suco de uva</p>

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade de sazonalidade das frutas

OBS².: Os alunos matriculados no horário regular, ou seja, manhã ou tarde, deverão seguir o lanche adequado ao seu horário recebendo este aluno uma refeição. Os alunos matriculados no hotelzinho irão receber 3 refeições.

CARDÁPIO IV - SETEMBRO

4ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHA	Melão em pedaços Pão com ovo Suco de uva	Manga em pedaços Coxinha de batata doce Suco de goiaba	Goiaba em pedaços Pastelzinho de frango de forno Suco de manga	Banana em rodela Tapioca de queijo Suco de acerola	Maça em pedaços Cuscuz com ovo Suco de melancia
ALMOÇO	Purê de batata Coxa e sobrecoxa ao forno Macarrão refogado com cebola e alho Feijão carioca Suco de melancia	Acelga refogada com milho verde Bife a milanesa de forno Arroz refogado com cenoura ralada Feijão preto Suco de tangerina	Batata em palito ao forno Carne de sol desfiadinha Arroz com cenoura ralada Feijão verde Suco de acerola	Saladinha de legumes cozidos Rocambole de carne com queijo Macarrão ao molho de tomate Feijão carioca Suco de uva	Legumes do cozidos Peixe ao molho Pirão de peixe Arroz branco Suco de manga
CEIA	Abacaxi em pedaços Canja Suco de uva	Uva verde Inhame com queijo Suco de melancia	Tangerina em bagos Sopa de feijão Suco de cajá	Melão picadinho Biscoito de chocolate caseiro Suco de tangerina	Manga em pedaços Pãozinho com hambúrguer caseiro Suco de goiaba

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade de sazonalidade das frutas

OBS².: Os alunos matriculados no horário regular, ou seja, manhã ou tarde, deverão seguir o lanche adequado ao seu horário recebendo este aluno uma refeição. Os alunos matriculados no hotelzinho irão receber 3 refeições.