

REFEIÇÕES	S	T	Q	Q	S
<b>SEMANAS: PRIMEIRA E TERCEIRA</b>					
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Infantil 8h00– 8h30 Fundamental 9h00	Queijo quente integral (pão de sanduíche integral + queijo mussarela) Suco de laranja (concentrado) Fruta	Cuca de farofa Chá de hortelã Fruta	Rosquinha de polvilho Iogurte de fruta (caseiro) Fruta	Pão de leite com requeijão Suco de limão (concentrado) Fruta	Biscoito de fubá Suco de melancia (natural) Fruta  <b>LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL</b>
<b>ALMOÇO</b> Infantil 10h30– 11h00 Fundamental 11h45	Carne de panela ao molho Arroz parboilizado Feijão vermelho Polenta cremosa Alface crespa/Tomate	Strogonoff de frango Arroz integral Feijão preto Massa Chuchu/Cenoura ralada	Peixe grelhado (filé de tilápia) Arroz parboilizado Feijão vermelho Purê de batata cremoso Beterraba cozida/Repolho branco	Omelete Arroz integral Feijão preto Sopa de legumes variados e macarrão cabelo de anjo Couve-flor/Pepino	Almôndega suína assada Arroz parboilizado Feijão vermelho Nhoque de batata doce ao molho sugo (caseiro) Repolho roxo/Brócolis
<b>FRUTAS</b> Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Tangerina	Banana	Laranja	Maçã	Manga
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil 15h00 – 15h30 Fundamental 15h30	Joelhinho Leite Fruta	Pão francês com bolinho + maionese funcional Suco de uva (concentrado) Fruta	Pão integral com patê de sardinha (caseiro) Suco de abacaxi (concentrado) Fruta	Bolo integral de banana Chá de erva-cidreira Fruta	<b>LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL</b>
<b>LANCHE DA TARDE INFANTIL</b> Infantil 17h	Caqui	Maçã	Pipoca salgada	Banana	<b>LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL</b>
<b>SEMANAS: SEGUNDA E QUARTA</b>					
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Infantil 8h00– 8h30 Fundamental 9h00	Rosca (coruja) Suco de laranja (concentrado) Fruta	Bolo zebra Chá de camomila Fruta	Pão integral com nata Fruta Suco de manga (natural)	CROUTONS (caseiro) Suco de uva (concentrado) Fruta	Bolinha de polvilho Leite com chocolate em pó 50% cacau Fruta  <b>LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL</b>
<b>ALMOÇO</b> Infantil 10h30– 11h00 Fundamental 11h45	Lasanha à bolonhesa Arroz parboilizado Feijão preto Repolho branco/Milho in natura	Sobrecoxa s/ pele s/ osso assada Arroz integral Feijão vermelho Massa Alface americana/Beterraba cozida	Peixe grelhado (filé de tilápia) Arroz parboilizado Feijão preto Cubinhos de batata cozida Chuchu/Cenoura ralada	Carne suína assada Arroz integral Feijão vermelho Polenta cremosa Molho Tomate acebolado/Acelga	Isca de frango acebolada Arroz parboilizado Feijão preto Creme de milho Brócolis/Beterraba ralada
<b>FRUTAS</b> Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Banana	Caqui	Maçã	Manga	Laranja com canela em pó
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil 15h00 – 15h30 Fundamental 15h30	Mini pão francês integral com manteiga s/ sal e queijo mussarela Suco de uva (concentrado) Fruta	Biscoito salgado Iogurte de fruta (caseiro) Fruta	Bolo integral de maçã Chá de erva-doce Fruta	Pão caseiro com doce de fruta (caseiro) Suco de laranja (concentrado) Fruta	<b>LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL</b>
<b>LANCHE DA TARDE INFANTIL</b> Infantil 17h	Maçã	Pipoca doce (mel de abelha)	Banana	Tangerina	<b>LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL</b>

FRUTAS DA ÉPOCA – MAIO: abacate, ameixa, kiwi, mamão, maçã, caqui, tangerina, banana-maçã, uva e pera. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 3) No almoço será servido água (final). 4) Os molhos das carnes e o molho sugo serão feitos com tomate fresco, cenoura, beterraba e cheiro verde. 5) Nos meses mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos em temperatura ambiente. 6) Diariamente temos opções sem glúten em todas as refeições: pão, torrada, bolo, biscoito doce e salgado, rosquinha, massa...