

Segunda - feira (09/01)	Terça - feira (10/01)	Quarta-feira (11/01)	Quinta-feira (12/01)	Sexta-feira (13/01)
Arroz + Feijão Carne moída ao molho Polenta mole Cenoura com tomate Melão	Macarrão ao Sugo Frango assado Beterraba Manga	Arroz + Feijão Isca de Frango empanada Beterraba Banana	Lasanha a Bolonhesa Salada de Alface Pudim Banana	Arroz + feijão Linguíça de Frango Batata Palito Pepino Mousse limão
Segunda - feira (16/01)	Terça - feira (17/01)	Quarta-feira (18/01)	Quinta-feira (19/01)	Sexta-feira (20/01)
Arroz + Feijão Isca de Frango Creme de Milho Beterraba Mousse	Macarrão ao molho branco Almondegas Almeirão com tomate	Arroz + Feijão Carne de panela com legumes Alface Gelatina	Macarrão a bolonhesa Bolinho de legumes Couve Banana	Arroz + Feijão Steak de Frango (assado) Purê de batata Almeirão Mamão
Segunda - feira (23/01)	Terça - feira (24/01)	Quarta-feira (25/01)	Quinta-feira (26/01)	Sexta-feira (27/01)
Arroz + Feijão Linguíça de Frango Abobora Refogada Tomate e Repolho Maça	Panqueca de carne Cenoura soutee Pepino Melancia	Arroz + Feijão Preto Calabresinha Farofa de couve Vinagrete Laranja	Macarrao ao sugo Carne desfiada Couve flor Tomate Salada de fruta	Arroz + feijão Carne moída com Batata Abobrinha Acelga Melão
Segunda - feira (30/01)	Terça - feira (31/01)	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz + Feijão Strognofe de frango Batata Palha Alface com Tomate Abacaxi	Macarrão ao sugo Hambúrguer Caseiro Chuchu refogado Couve com tomate Gelatina			
Segunda - feira	Terça - feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira

OBS: Este cardápio é “SUGESTIVO” para o Lanche escolar. Pedimos que envie somente a quantidade exata de consumo, a fim de evitar desperdícios.

Frutas: Enviar sempre em potes com tampas com gotas de sumo de limão, para que não haja oxidação da mesma.

Suco: Trazer o suco preferencialmente em garrafinhas térmicas de cor escura e com nome.

Lanche	Segunda - feira (09/01)	Terça – feira (10/01)	Quarta-feira (11/01)	Quinta-feira (12/01)	Sexta-feira (13/01)
	Pão Frances com Manteiga Suco de Fruta Natural Fruta	Bolo Laranja Água de coco Fruta	Polvilho Suco de fruta Natural Fruta	Bisnaguinha com Frios Suco de Fruta Natural Fruta	Pão de leite com requeijão Suco de fruta Natural Fruta
	Segunda - feira (16/01)	Terça – feira (17/01)	Quarta-feira (18/01)	Quinta-feira (19/01)	Sexta-feira (20/01)
	Bisnaguinha com Manteiga Vitamina de Frutas Fruta	Mini Pizza Achocolatado Fruta	Torrada com Requeijão Suco de fruta natural Fruta	Pão de Queijo Suco de Fruta Natural Fruta	Bolo de banana Suco de Fruta Natural Fruta
	Segunda - feira (23/01)	Terça – feira (24/01)	Quarta-feira (25/01)	Quinta-feira (26/01)	Sexta-feira (27/01)
	Pão de forma com Requeijão Vitamina Fruta	Bolacha de Maisena Achocolatado Fruta	Bolo formigueiro Suco de fruta natural Fruta	Pão Frances com queijo Achocolatado Fruta	Bisnaguinha com Manteiga Achocolatado Fruta
	Segunda - feira (30/01)	Terça – feira (31/01)	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Bolacha Waffer Achocolatado Fruta	Bisnaguinha com Requeijão Suco de Fruta Natural Fruta			
	Segunda - feira	Terça – feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira

SOPAS	<i>Segunda - feira (09/01)</i>	<i>Terça – feira (10/01)</i>	<i>Quarta-feira (11/01)</i>	<i>Quinta-feira (12/01)</i>	<i>Sexta-feira (13/01)</i>
	Carne bovina, batata, espinafre, repolho, acelga.	Carne Bovina, espinafre, Batata, salsa, repolho, macarrão	Carne bovina, chuchu, vagem, couve, cenoura.	Frango, abobora, escarola, mandioquinha, chuchu e vagem.	Frango, espinafre, vagem, batata doce e acelga.
	<i>Segunda - feira (16/01)</i>	<i>Terça – feira (17/01)</i>	<i>Quarta-feira (18/01)</i>	<i>Quinta-feira (19/01)</i>	<i>Sexta-feira (20/01)</i>
	Carne Bovina, Batata, Espinafre, Repolho, cenoura.	Frango, repolho, vagem, cenoura, batata doce, arroz.	Carne Bovina, abobrinha, Abobora, beterraba, Mandioquinha, espinafre.	Carne Bovina, Cenoura, Repolho, Mandioca, Vagem, Beterraba.	Inhame, Chuchu, Vagem, Cenoura, Espinafre
	<i>Segunda - feira (23/01)</i>	<i>Terça – feira (24/01)</i>	<i>Quarta-feira (25/01)</i>	<i>Quinta-feira (26/01)</i>	<i>Sexta-feira (27/01)</i>
	Frango, espinafre, vagem, Batata doce, Cenoura.	Feijão, Vagem, couve, mandioquinha, espinafre	Cenoura, batata, inhame, couve manteiga, abobrinha, frango.	Carne Bovina, Batata Doce, escarola, cenoura, chuchu, espinafre.	Cenoura, batata doce, ervilha, vagem, frango.
	<i>Segunda - feira (30/01)</i>	<i>Terça – feira (31/01)</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>
	Carne Bovina, Cenoura, Repolho, Mandioca, Ervilha	Frango, abobrinha, mandioca, beterraba.			
	<i>Segunda - feira</i>	<i>Terça – feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>

OBS: Lembrando que todos os ingredientes do cardápio são oferecidos para a criança, somente quando liberados pelos Srs Pais e Pediatras.

SUCOS E PAPAS	Segunda - feira (09/01)	Terça – feira (10/01)	Quarta-feira (11/01)	Quinta-feira (12/01)	Sexta-feira (13/01)
	Papa de maçã Suco de Fruta Natural	Creme de mamão Suco de Fruta Natural	Papa de pera Suco de Fruta Natural	Papa de Banana Suco de Fruta Natural	Papa de melão Suco de Fruta Natural
	Segunda - feira (16/01)	Terça – feira (17/01)	Quarta-feira (18/01)	Quinta-feira (19/01)	Sexta-feira (20/01)
	Papa de Maçã Suco de Fruta Natural	Papa de Banana Suco de Fruta Natural	Creme de manga* Suco de Fruta Natural	Papa de Pera Suco de Fruta Natural	Papa de Mamão Suco de Fruta Natural
	Segunda - feira (23/01)	Terça – feira (24/01)	Quarta-feira (25/01)	Quinta-feira (26/01)	Sexta-feira (27/01)
	Papa de Mamão Suco de Fruta Natural	Creme de Abacate * Suco de Fruta Natural	Salada de frutas Suco de Fruta Natural	Papa de Pera Suco de Fruta Natural	Papa de banana Suco de Fruta Natural
	Segunda - feira (30/01)	Terça – feira (31/01)	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Papa de Pera Suco de Fruta Natural	Papa de Banana c Mamão Suco de Fruta Natural			
	Segunda - feira	Terça – feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira

- Para introdução do alimento. Quantidade adequada conforme idade e restrição.