

INTEGRAL CURRICULAR – ALMOÇOS E LANCHES DA TARDE – MAIO 2021

	03 MAIO SEGUNDA	05 MAIO QUARTA	10 MAIO SEGUNDA	12 MAIO QUARTA
Saladas	Alface Tomate Milho	Alface com rúcula Cenoura cozida	Alface com agrião Tomate	Alface americana com azeitonas Pepino em palitos
Pratos quentes	Filé de frango Batata corada no forno Acelga em tirinhas Arroz integral / branco / feijão	Carne desfiada Torta de palmito Couve Arroz integral / branco / feijão preto	Omelete com queijo Macarrão ao molho branco Cenoura em cubinhos Arroz sete grãos / branco / feijão	Croquete de carne Purê de mandioquinha Brócolis Arroz integral biro-biro / branco / feijão
Sobremesa Bebida	Melão Tangerina	Abacaxi Caju	Melancia Maracujá	Manga Suco verde
Lanche da tarde	Biscoito de maisena Pêra	Bebezinho frapê Palitos de cenoura	Pão de queijo Banana	Biscoito caseiro salgado Maçã

	17 MAIO SEGUNDA	19 MAIO QUARTA	24 MAIO SEGUNDA	26 MAIO QUARTA	31 MAIO SEGUNDA
Saladas	Feriado	Alface Tomate	Alface com rúcula Beterraba ralada	Cole slaw Tomate Ovo picadinho	Alface Maionese de batata Cenoura ralada
Pratos quentes		Nuggets caseiro assado de frango Creme de milho Couve-manteiga Arroz sete grãos / branco / feijão	Salmão grelhado Batata sautê Abobrinha Arroz integral / branco / feijão	Almôndegas de carne Bolinho de arroz Seleta de legumes Arroz integral / branco / feijão	Filé de carne Farofa de banana Abóbora em cubos Arroz integral / branco / feijão
Sobremesa Bebida		Abacaxi Limão	Mamão Caju	Melancia Abacaxi com hortelã	Salada de frutas Maracujá
Lanche da tarde		Empanado de carne Palitos de pepino	Bisnaga integral com queijo Pêra	Cookie caseiro de aveia Banana	Barra de cereais Maçã

- Cardápio sujeito a alterações eventuais.