

REFEIÇÕES					Sexta-feira (01/05)
Lanche da manhã					<b>FERIADO</b> Dia do Trabalhador
Almoço e Jantar					
Lanche da tarde					
	Segunda-feira (04/05)	Terça-feira (05/05)	Quarta-feira (06/05)	Quinta-feira (07/05)	Sexta-feira (08/05)
Lanche da manhã	Banana	Ameixa	Manga	Pera	Mexerica
Almoço e Jantar	Arroz e feijão carioca, ovo mexido, mandioquinha com espinafre cozido	Arroz e feijão carioca, carne desfiada, beterraba cozida	Arroz e feijão preto, lombo desfiado, batata cozida e couve refogada	Macarrão parafuso, com molho nutritivo e carne moída, acelga e cenoura cozida	Arroz e feijão carioca, peixe assado, abóbora e cenoura cozida
Lanche da tarde	Maçã	Mamão	Melancia	Laranja	Abacaxi
	Segunda-feira (11/05)	Terça-feira (12/05)	Quarta-feira (13/05)	Quinta-feira (14/05)	Sexta-feira (15/05)
Lanche da manhã	Maçã	Melão	Goiaba	Abacaxi	Uva
Almoço e Jantar	Arroz e feijão carioca, ovo cozido, cenoura e chuchu cozido	Arroz e feijão carioca, picadinho de carne com batatas, salada rúcula e pepino refogado	Arroz e feijão preto, lombo desfiado, polenta cremosa de cenoura	Macarrão parafuso à bolonhesa, isca de frango grelhado, abóbora e maxixe cozido	Arroz e feijão carioca, frango com quiabo, mandioquinha e inhame cozidos
Lanche da tarde	Banana	Melancia	Pera	Manga	Laranja
	Segunda-feira (18/05)	Terça-feira (19/05)	Quarta-feira (20/05)	Quinta-feira (21/05)	Sexta-feira (22/05)
Lanche da manhã	Mamão	Ameixa	Banana	Goiaba	Mexerica

<b>Almoço e Jantar</b>	Arroz e feijão carioca, ovos mexidos, legumes sauté	Arroz e feijão carioca, escondidinho de carne, inhame e batata cozidos	Arroz e feijoadinha de lombo, purê de mandioca, beterraba cozida	Macarrão parafuso com molho nutritivo e frango desfiado, abóbora cozida	Arroz e feijão carioca, picadinho de carne, purê de batata, chuchu cozido
<b>Lanche da tarde</b>	Maçã	Manga	Pera	Uva	Melão
	<b>Segunda-feira (25/05)</b>	<b>Terça-feira (26/05)</b>	<b>Quarta-feira (27/05)</b>	<b>Quinta-feira (28/05)</b>	<b>Sexta-feira (29/05)</b>
<b>Lanche da manhã</b>	Melão	Mexerica	Manga	Abacaxi	Ameixa
<b>Almoço e Jantar</b>	Arroz e feijão carioca, omelete com legumes, maxixe e abobrinha cozido	Arroz e feijão carioca, quibe assado, purê de abóbora	Arroz, feijoadinha de lombo, espinafre refogado e purê de mandioquinha	Macarrão parafuso, carne moída com molho nutritivo, abobrinha e cenoura cozida	Arroz e feijão carioca, peixe assado com ervas finas, purê de batata doce
<b>Lanche da tarde</b>	Maçã	Goiaba	Laranja	Pera	Melancia

### Observações importantes:

- As refeições são preparadas na escola todos os dias;
- Não oferecemos suco de frutas e preparações com açúcar para menores de 2 anos;
- Não utilizamos sal nas preparações para menores de 1 ano;
- Almoço e jantar são oferecidos amassados evoluindo a consistência (B1);
- Frutas são oferecidas raladas ou amassadas, evoluindo a consistência (B1);
- Utilizamos azeite, cebola, alho, cheiro verde e temperos naturais; Não utilizamos temperos industrializados;
- Para crianças com alergias ou intolerâncias alimentares, será providenciado a substituição do alimento por uma outra opção adequada;
- O cardápio poderá sofrer alterações de maneira que não comprometa a qualidade nutricional da refeição.
- A opção de fruta pode sofrer alterações de maneira que não comprometa a qualidade nutricional.

REFEIÇÕES					Sexta-feira (01/05)
Lanche da manhã					<b>FERIADO</b> <b>Dia do Trabalhador</b>
Almoço e Jantar					
Lanche da tarde					
	Segunda-feira (04/05)	Terça-feira (05/05)	Quarta-feira (06/05)	Quinta-feira (07/05)	Sexta-feira (08/05)
Lanche da manhã	Biscoito de maisena Banana	Tapioca com queijo branco Maçã	Biscoito de polvilho Goiaba	Crepioca com requeijão Uva	Cookie de aveia Mexerica
Almoço e Jantar	Arroz e feijão carioca, ovo mexido, salada de alface, tomate e rúcula <b>Sobremesa:</b> Mexerica	Arroz e feijão, frango desfiado refogado, espinafre e brócolis cozido <b>Sobremesa:</b> Manga	Arroz, feijoadinha de lombo, farofa nutritiva, salada de pepino e repolho <b>Sobremesa:</b> Abacaxi	Macarrão parafuso, carne moída com molho nutritivo, refogado de abobrinha e cenoura <b>Sobremesa:</b> Melão	Arroz e feijão carioca, peixe grelhado com ervas finas, purê de batata doce, mix de salada <b>Sobremesa:</b> Laranja
Lanche da tarde	Bolo de fubá Pera	Panquequinha de cacau Mamão	Bolo de mármore Melancia	Milho cozido Laranja	Bolo de maçã Suco natural
	Segunda-feira (11/05)	Terça-feira (12/05)	Quarta-feira (13/05)	Quinta-feira (14/05)	Sexta-feira (15/05)
Lanche da manhã	Biscoito de maizena Banana	Crepioca com queijo Melão	Cookie de Cacau Goiaba	Panqueca com geleia de fruta Abacaxi	Bolo de laranja com cenoura Uva

<b>Almoço e Jantar</b>	Arroz e feijão carioca, omelete de forno com legumes, salada de rúcula com tomate <b>Sobremesa:</b> Ameixa	Arroz e feijão carioca, escondidinho de carne, beterraba cozida e repolho <b>Sobremesa:</b> Laranja	Arroz e feijão preto, carne desfiada, chuchu, cenoura e batata cozida <b>Sobremesa:</b> Mexerica	Macarrão parafuso à bolonhesa, isca de frango grelhado, salada de cenoura ralada, alface e manga <b>Sobremesa:</b> Maçã	Arroz e feijão, escondidinho de frango, mix de legumes cozidos, salada de repolho com tomate <b>Sobremesa:</b> Melancia
<b>Lanche da tarde</b>	Bolo de Fubá Maçã	Tapioca com manteiga Melancia	Bolo de Banana Pera	Pão caseiro de cenoura com requeijão Manga	Bolo da Peppa iogurte com fruta
	<b>Segunda-feira (18/05)</b>	<b>Terça-feira (19/05)</b>	<b>Quarta-feira (20/05)</b>	<b>Quinta-feira (21/05)</b>	<b>Sexta-feira (22/05)</b>
<b>Lanche da manhã</b>	Bolo de laranja com cenoura Leite com cacau	Bolo de milho Banana	Biscoito de polvilho Mamão	Pão caseiro com requeijão Goiaba	Crepioca com queijo branco Mexerica
<b>Almoço e Jantar</b>	Arroz e feijão carioca, ovos mexidos, legumes sauté e salada de tomate, alface crespa e roxa <b>Sobremesa:</b> Ameixa	Arroz e feijão carioca, isca de carne acebolada, pepino e beterraba cozida <b>Sobremesa:</b> Mexerica	Arroz e feijoada de lombo, purê de mandioca, farofa nutritiva <b>Sobremesa:</b> Laranja	Macarrão parafuso com molho nutritivo e frango desfiado, abóbora cozida <b>Sobremesa:</b> Melancia	Arroz e feijão carioca, peixe assado com ervas finas, salada de alface, rúcula e tomate
<b>Lanche da tarde</b>	Cookie de aveia Banana	Pão caseiro com requeijão Melancia	Bolo de coco Pera	Cookie de queijo Uva verde	Bolo de banana Suco natural
	<b>Segunda-feira (25/05)</b>	<b>Terça-feira (26/05)</b>	<b>Quarta-feira (27/05)</b>	<b>Quinta-feira (28/05)</b>	<b>Sexta-feira (29/05)</b>
<b>Lanche da manhã</b>	Bolo de cenoura Banana	Tapioca com mussarela Goiaba	Biscoito de polvilho caseiro Ameixa	Cookie de banana com aveia Uva	Crepioca com queijo Melão

<b>Almoço e Jantar</b>	Arroz e feijão carioca, omelete com legumes, salada de alface com tomate <b>Sobremesa:</b> Mexerica	Arroz e feijão carioca, quibe assado, purê de abóbora, salada de rúcula e pepino <b>Sobremesa:</b> Laranja	Arroz, feijoadinha de lombo, espinafre refogado e purê de mandioquinha <b>Sobremesa:</b> Manga	Macarrão parafuso, carne moída com molho nutritivo, abobrinha e cenoura cozida <b>Sobremesa:</b> Melancia	Arroz e feijão carioca, picadinho de carne, purê de batata, salada de repolho e cenoura ralada <b>Sobremesa:</b> Abacaxi
<b>Lanche da tarde</b>	Pão caseiro com manteiga Pera	Chipa de queijo Mamão	Bolo de cacau Pera	Biscoito de maizena caseiro Mexerica	Bolo mármore Leite com cacau

### Observações importantes:

- As refeições são preparadas na escola todos os dias;
- Os lanches são preparados diariamente na escola e de forma caseira;
- Não utilizamos temperos industrializados;
- Utilizamos azeite, cebola, alho, cheiro verde e temperos naturais;
- Para crianças com alergias ou intolerâncias alimentares, será providenciado a substituição do alimento por uma outra opção adequada;
- O cardápio poderá sofrer alterações de maneira que não comprometa a qualidade nutricional da refeição;
- A opção de fruta pode sofrer alterações de maneira que não comprometa a qualidade nutricional.