





	Segunda 02	 Terça 03	Quarta 04	Quinta 05	Sexta 06
LANCHE MANHÃ	Biscoito de coco e cereais Suco de uva	Biscoito de água Suco de maracujá com gengibre	Biscoito de morango e cereais Suco de acerola	Biscoito sembei Banana prata	Biscoito integral Suco de abacaxi
ALMOÇO	Macarrão parafuso ao alho e óleo com brócolis Isca de carne acebolada Salada de acelga Suco de limão Abacaxi	Arroz parboilizado Feijão carioca Ovo mexido com salsinha e cenoura ralada Salada de agrião com tomate cereja Banana prata Água mineral (dia de incentivo à hidratação)	Arroz branco Creme de espinafre Frango grelhado Salada de alface com milho Pudim Suco de laranja	Yakissoba de carne e frango Gohan Moyashi com tomate salada e shoyu Tofu com cebolinha Goiaba Suco de tangerina	Arroz branco Feijão carioca Lombo cozido Kibe de abóbora Salada de rúcula Melão Suco de manga
LANCHE TARDE	Minipão de parmesão com margarina Leite com morango Pera	Minipão australiano com queijo mussarela Chá de camomila Caqui	Pão bisnaguinha com requeijão Leite com cacau alcalino Maçã	Pão de leite com patê de ervas finas Chá de hortelã Bolo de milho cremoso	Pão de Francês com queijo branco Suco de uva Mexerica

	Segunda 09	 Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
LANCHE MANHÃ	Biscoito de morango e cereais Suco de pêssego	Biscoito de arroz integral Suco de morango	Biscoito de água e sal Maçã	Biscoito de polvilho Suco de laranja	Biscoito de água Suco de abacaxi
ALMOÇO	Arroz integral Feijão carioca Carne moída com batata Acelga refogada Manga Suco de limão	Arroz branco Feijão carioca Rocambolo de frango recheado com beterraba Salada de agrião ao molho shoyu com limão Gelatina de morango Água mineral (dia de incentivo à hidratação)	Arroz branco Feijão preto Escondidinho de peixe Salada de alface lisa Mexerica Suco de acerola	Macarrão penne ao sugo Frango refogado ao próprio molho Batata assada Salada de couve manteiga ao molho mostarda Abacaxi Suco de goiaba	Arroz branco à grega Feijão carioca Carne de panela com manjerona Salada de agrião com alface Melancia Suco de caju
LANCHE TARDE	Minipão de leite com manteiga Leite com cacau alcalino Maçã	Minipão caseirinho com geleia Chá de erva cidreira Goiaba	Torrada com margarina e orégano Leite com maracujá Pera	Minipão de leite com requeijão Chá de maçã e canela Banana prata	Pão bisnaguinha com manteiga Iogurte de morango Uva

Obs.: Cardápio sujeito a alterações conforme condições de fornecimento dos alimentos e sazonalidade.
Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com o Colégio Oshiman.



	 Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
LANCHE MANHÃ	Biscoito de cacau e cereais Suco de maracujá	Biscoito integral Suco de pêssego	Biscoito maisena de chocolate Suco de tangerina	Biscoito cream cracker Suco de morango	Biscoito de arroz Pera
ALMOÇO	Arroz branco Feijão carioca Carne louca Salada de alface crespa com molho de mostarda e mel Banana prata Água mineral (dia de incentivo à hidratação)	Arroz branco Estrogonofe de frango Batata palha Salada de alface crespa roxa Curau Suco de caju	Arroz branco Feijão preto Bisteca grelhada Farofa de cebola e salsa Salada de acelga com molho oriental Mamão Suco de abacaxi com hortelã	Gohan Kare Salada de folhas coloridas (alface, radichio e mostarda) Fukujinzuke Melão Suco de acerola	Arroz branco Polenta mole com parmesão Sobrecoca de frango ao sugo Salada de alface mimosa Caqui Suco de maracujá
LANCHE TARDE	Minipão de parmesão com margarina Leite com manga Pera	Minipão Francês com requeijão Chá de camomila Maçã	Pão bisnaguinha com patê de atum Leite com achocolatado Banana prata	Minipão de gergelim com geleia Chá de hortelã Goiaba	Pão de forma com mussarela Iogurte de morango Uva

	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	 Quinta 26	Sexta 27 Aniversariantes do mês
LANCHE MANHÃ	Biscoito passatempo (sem recheio) Suco acerola	Biscoito de maçã e canela Suco de pêssego	Biscoito de polvilho Suco de laranja	Biscoito de água Banana prata	Biscoito cracker de gergelim Suco de abacaxi com hortelã
ALMOÇO	Arroz integral Feijão carioca Lagarto assado recheado com cenoura Acelga refogada com óleo de gergelim Melão Suco de limão	Macarrão espiral à bolonhesa Frango grelhado Salada de chuchu crocante com azeitona e orégano Abacaxi Suco de caju	Arroz branco Feijão rosinha Falsa bacalhoadada, ovo, cebola e azeite Couve manteiga refogada Melancia Suco de caju	Arroz parboilizado Creme de milho Bife de panela Salada de repolho colorido (roxo e verde) Manga Água mineral (dia de incentivo à hidratação)	Arroz branco Feijão carioca Omelete simples Salada de alface Laranja Suco de uva
LANCHE TARDE	Minipão caseiro com mussarela Leite com banana Caqui	Minipão de milho com margarina Chá de erva cidreira Maçã	Pão de forma com patê de manjericão Leite com cacau alcalino Goiaba	Minipão francês com requeijão Chá verde com limão Pera	Bolo de chocolate Minipão hot dog com frango desfiado Suco de maracujá

Obs.: Cardápio sujeito a alterações conforme condições de fornecimento dos alimentos e sazonalidade.
Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com o Colégio Oshiman

