










	Segunda	Terça 01	 Quarta 02	Quinta 03	Sexta 04
LANCHE MANHÃ	Não haverá aula	Não haverá aula	Biscoito de água Suco de goiaba	Biscoito cream cracker Suco de uva	Biscoito de maçã com canela <b>Banana prata</b>
ALMOÇO	Emenda de feriado	Dia do trabalho	Arroz branco Feijão branco com tomate e salsa Sobrecoca de frango cozida ao próprio molho Salada de rúcula Abacaxi <b>Água mineral (dia de incentivo à hidratação)</b>	Gohan com furikake Tonkatsu Maionese Salada de alface americana Fukujinzuke Mamão Suco de tangerina	Macarrão spiral ao molho ragu (toscana, cenoura e salsa) Carne de panela Salada verde (alface/rúcula e repolho verde) com molho de mostarda e mel Banana prata Suco de acerola com laranja
LANCHE TARDE			Minipão de leite com margarina Leite com achocolatado Caqui	Minipão de milho com geleia Chá mate com hortelã Maçã	Pão francês com requeijão Iogurte natural Uva

	Semana Internacional				
	 Segunda 07  Grego	Terça 08  Australiano	Quarta 09  Espanhol	Quinta 10  mericano	Sexta 11  Português
LANCHE MANHÃ	Biscoito de arroz integral Suco de limão	Biscoito passatempo (sem recheio) Suco de acerola	Biscoito de água <b>Goiaba</b>	Biscoito de coco e cereais Suco de tangerina	Biscoito de azeite com linhaça Suco de abacaxi
ALMOÇO	Arroz branco Moussaka (lasanha de berinjela com carne moída) Souvlaki (Espeto de frango grelhado) Salada de rúcula, tomate e cebola roxa com queijo branco) Mexerica <b>Água mineral (dia de incentivo à hidratação)</b>	Arroz branco Costela de porco com batatas Onion Rings Salada de agrião Uva Suco de abacaxi	Arroz integral Puchero (grão de bico, linguiça calabresa, bacon, lombo suíno) Fritada de batata no forno Salada de rúcula Melancia Suco de caju	Arroz branco Hambúrguer de carne Batata smile assada Molho barbecue Salada de alface americana Melão Suco de pêssego	Arroz de tomate Cozido à portuguesa Salada de mix de alfaces Melão Suco de laranja
LANCHE TARDE	Gyros (Pão com salada e carne em tiras temperada) Frappé (Café gelado) Maçã	Pão australiano com margarina Chá de erva doce Caqui	Pão caseiro com geleia Chá mate com limão Bolo integral com canela	Minipão de hambúrguer com mussarela Milk shake - (leite com sorvete) de morango Banana prata	Broa de milho com manteiga Suco de uva Pera




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 14	Terça 15 	Quarta 16	Quinta 17	Sexta 18
LANCHE MANHÃ	Biscoito de morango e cereais <b>Banana prata</b>	Biscoito de nata Suco de abacaxi	Biscoito cream cracker Suco de goiaba	Biscoito de polvilho Suco de caju	Biscoito maisena Suco de abacaxi com hortelã
ALMOÇO	Arroz parboilizado Estrogonofe de carne Batata palha Salada de rúcula com molho de mostarda e mel Melão Suco de limão	Arroz branco Ervilha partida com linguiça calabresa Frango refogado acebolado Salada de alface crespa roxa Goiaba <b>Água mineral (dia de incentivo à hidratação)</b>	Arroz branco Feijão carioca Falsa bacalhoadada com batata, pimentão vermelho, cebola, azeitona preta fatiada, salsinha e azeite Couve refogada ao alho e óleo Mousse de maracujá Suco de acerola	Arroz branco com brócolis Feijão carioca Ovo mexido com bacon Salada de alface mimosa com molho italiano Melancia Suco de morango	Macarrão spaghetti ao pomodoro Assado à vianense com beterraba Salada de alface crespa roxa Banana prata Suco de manga
LANCHE TARDE	Minipão francês com requeijão Leite com achocolatado Maçã	Minipão australiano com margarina Chá de erva cidreira Caqui	Torrada de pão de forma com margarina e alecrim Leite com banana nanica Pera	Pão caseiro com geleia de morango Chá de camomila Uva	Palito de parmesão Iogurte de morango Mexerica

	Segunda 21	Terça 22	Quarta 23	Quinta 24	Sexta 25  Aniversariantes do mês
LANCHE MANHÃ	Biscoito integral de gergelim Suco de acerola	Biscoito de aveia, mel e cereais Suco de maracujá	Biscoito de água Suco de morango	Biscoito de salsa, cebola e alho <b>Pera</b>	Biscoito de sequilhos Suco de abacaxi
ALMOÇO	Arroz integral Feijão carioca Lombo cozido com mandioquinha Acelga refogada Maçã Suco de laranja	Macarrão parafuso ao sugo Frango moído com batata, tomate e vagem Salada de pepino em rodela e alface crespa Melancia Suco de manga	Arroz branco Feijão preto Carne seca desfiada com abóbora Salada tricolor (rabanete e alface americana) Mamão Suco de caju	Gohan Meat ball Tempurá de abobrinha Tofu com cebolinha Repolho roxo refogado Melão Suco de uva	Arroz branco Feijão carioca Rocambole de frango recheado com cenoura Salada de rúcula Banana prata <b>Água mineral (dia de incentivo à hidratação)</b>
LANCHE TARDE	Pão francês com mussarela Leite com ovomaltine Pera	Minipão de leite com requeijão Chá de erva doce Mexerica	Pão bisnaguinha com geleia Leite com café clarinho Maçã	Minipão parmesão com margarina Chá de casca de maçã com canela Goiaba	Bolo integral de chocolate Minipão hot dog com salsicha Suco de limão

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 28	Terça 29	Quarta 30	Quinta 31	Sexta 01 de Junho
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Biscoito sembei Suco de limão	 Biscoito de polvilho Suco de manga	Biscoito de laranja com cenoura Suco de acerola com laranja	Não haverá aula	Não haverá aula
<b>ALMOÇO</b>	Arroz branco à biro biro Feijão carioca Omelete de forno Salada de agrião com molho de mostarda e mel Melancia Suco de abacaxi	Arroz parboilizado Feijão carioca Carne louquinha com pimentão vermelho e amarelo Salada de alface crespa roxa Pera <b>Água mineral (dia de incentivo à hidratação)</b>	Arroz branco Creme de ervilha Peixe frito com limão Salada de rúcula com tomate cereja Gelatina mosaico Suco de maçã	Corpus Christi	Emenda de feriado
<b>LANCHE TARDE</b>	Pão francês com margarina Leite com chocolate Maçã	Minipão de gergelim com requeijão Chá de camomila Caqui	Pão de forma com mussarela Leite com abacate Banana prata	--	--

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

