

Semana I: 30 de abril a 04 de maio de 2018 (Escola Gurilândia)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Rúcula + Grão ou Proteína + Legume Cru + Legume Cozido + Montada + Molho + Complemento				
Arroz (02 tipos)	Recesso	Feriado	Integral	Integral c/Milho	Integral
Feijão			Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição 1			Batata Corada de Forno	Quibe Vegetariano c/Ricota e Cenoura	Legumes Cozidos
Guarnição 2			Espaguete c/Molho Branco (Separado)	Purê Batata Doce	Farofa de Vagem
Prato Principal			Coxa e Sobrecoxa Ensopada c/Milho Verde em Rodelas	Lombo ao Molho c/Cenoura	Bife à Pizzaiolo
Opção			Rocambole de Batata c/Recheio de Carne e Molho de Tomate	Frigideira de Peixe	Torta Sertaneja (c/ Carne Seca, Banana e Queijo)
Grelhado			Bife Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Isca de Frango Acebolada
Sobremesa			Frutas	Brigadeiro de Copinho	Frutas

Cardápio sujeito à alterações

7Semana II: de 07 a 11 de maio de 2018 (Escola Gurilândia)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Rúcula + Grão ou Proteína + Legume Cru + Legume Cozido + Montada + Molho + Complemento				
Arroz (02 tipos)	7 Cereais	Integral	Integral c/Brócolis	Integral	Integral
Feijão	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição 1	Bolinho de Grão de Bico de Forno	Lentilha Refogada	Canelone de Abobrinha c/Ricota e Espinafre ao Molho de Tomate	Soja Texturizada Refogada	Legumes Refogados c/Shoyo
Guarnição 2	Farofa de Banana Terra	Espaguete ao Alho e Óleo	Purê de Batata	Legumes Gratinado	Quiche de Espinafre c/Cenoura e Queijo
Prato Principal	Frango à Pizzaiolo	Almôndegas de Carne c/Molho de Tomate	Peixe Assado c/Molho de Limão	Coxa e Sobrecoxa Assada	Ensopado de Carne c/Abóbora
Opção	Escondidinho de Carne Moída com Batata	Empadão de Frango	Tiras de Frango c/Creme de Milho	Omelete de Frango	Risoto de Frango
Grelhado	Isca de Carne Grelhada	Frango Acebolado	Bife Grelhado	Cubos de Carne Grelhada	Frango Grelhado
Sobremesa	Fruta	Mousse de Maracujá	Fruta	Goiabada Cremosa de Copinho c/Creme de Leite	Salada de Frutas

Cardápio sujeito à alterações

Semana III: de 14 a 18 de maio de 2018 (Escola Gurilândia)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Rúcula + Grão ou Proteína + Legume Cru + Legume Cozido + Montada + Molho + Complemento				
Arroz (02 tipos)	Integral	Integral c/Couve	Integral	Integral c/Cenoura	Integral
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha c/Quiabo	Carioquinha
Guarnição 1	Lasanha de Berinjela c/Queijo	Grão de Bico Refogado	Nhoque de Batata com Molho de Tomate	Bolinho Assado de Arroz c/Espinafre e Ricota	Aipim Cozido
Guarnição 2	Purê de Batata	Batata Gratinada	Farofa de Couve	Massa Parafuso c/Molho de Tomate	Feijão Tropeiro
Prato Principal	Bife à Rolê c/Cenoura	Strogonoff de Frango c/Batata Palha	Quiabada (s/camarão e s/dendê)	Frango à Milanese de Forno	Carne do Sol Acebolada
Opção	Bolinho de Peixe de Forno	Panqueca de Queijo c/Molho de Tomate	Carne Moída	Bacalhau à Portuguesa	Empanada de Frango
Grelhado	Tiras de Frango c/Brócolis	Bife Acebolado	Filé de Frango Grelhado c/Batatas	Isca de Carne na Chapa	Filé de Frango Grelhado c/Vagem
Sobremesa	Mini Geladinho de Goiaba c/Leite Condensado	Fruta	Gelatina de Morango	Fruta	Fruta

Cardápio sujeito à alterações

Semana IV: de 21 a 25 de maio de 2018 (Escola Gurilândia)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Rúcula + Grão ou Proteína + Legume Cru + Legume Cozido + Montada + Molho + Complemento				
Arroz (02 tipos)	Integral	Integral	7 Cereais c/Brócolis	Integral	Integral c/Vagem
Feijão	Carioquinha c/Abóbora	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição 1	Batatas Coradas com Orégano	Feijão Branco Refogado	Banana da Terra e Abacaxi Grelhados	Tomate Recheado c/Ricota e Manjeriço	Verduras do Cozido
Guarnição 2	Massa Penne ao Alho e Óleo	Purê de Mandioquinha	Farofa de Ovos	Batata Palito ao Forno	Pirão
Prato Principal	Rolê de Frango com Queijo e Presunto	Peito de Frango Ensopado com Quiabo	Peixe Assado c/Molho Azeitonas	Coxa e Sobrecoxa Ensopada c/Batatas	Cozido (carnes)
Opção	Quibe de Forno de Carne	Rocambole de Batata c/ Recheio de Frango	Lasanha à Bolonhesa	Nuggets Assado de Frango c/Espinafre	***
Grelhado	Isca de Frango Grelhado	Bife Grelhado	Isca de Frango Grelhado	Bife Acebolado	Frango Grelhado
Sobremesa	Fruta	Doce de Leite de Copinho	Fruta	Bananinha Paraibuna	Fruta

Cardápio sujeito à alterações

Semana V: de 28 de abril a 01 de junho de 2018 (Escola Gurilândia)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Rúcula + Grão ou Proteína + Legume Cru + Legume Cozido + Montada + Molho + Complemento				
Arroz (02 tipos)	Integral c/Ervilhas	Integral	Integral c/Cenoura Ralada		
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto		
Guarnição 1	Quibe de Forno de Soja	Macarrão ao Alho e Óleo	Farofa de Cenoura		
Guarnição 2	Purê de Batata	Banana da Terra Cozida	Quiche de Legumes		
Prato Principal	Lombo à Vinagrete	Salmão ao Molho de Maracujá	Filé de Frango c/Molho de Tomate	FERIADO	RECESSO
Opção	Panqueca Colorida de Frango	Almondegas de Carne de Forno c/Molho de Tomate	Fricassê de Frango		
Grelhado	Frango Grelhado	Isca de Frango Grelhado	Tiras de Carne Grelhadas		
Sobremesa	Fruta	Mosaico de Gelatina (Morango, Limão, Abacaxi)	Fruta		

Cardápio sujeito à alterações