

Semana I: de 05 a 09 de Novembro 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)	Branco Integral	Branco Integral	Branco 7 Cereais	Branco Integral	Branco Integral c/Ervilhas
Feijão	Preto	Carioquinha	Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição normal	Purê de Batata	Abacaxi Grelhado	Farofa de Couve	Brócolis Gratinado	***
Guarnição Vegetariana	Bolinho de Grão de Bico	Yakissoba de Legumes	Souflê de Cenoura	Quibe de Forno de Cenoura c/Ricota	Feijão Fradinho
Prato Principal	Estrogonofe de Frango c/ Batata Palha	Isca de Carne à Chinesa (Tiras de Pimentão Colorido e Cebola c/Shoyu)	Supremo de Frango (Rolinho de Filé de Frango Assado c/Queijo e Presunto ao Molho de Tomate)	Ensopado de Carne c/Quiabo	Escondidinho de Aipim c/Carne do Sol
Opção	Catado de Peixe	Panqueca de Queijo	Torta de Peixe	Frango Desfiado c/Milho	***
Grelhado	Tiras de Carne c/Batata	Cubos de Frango Grelhado	Bife de Carne Grelhada c/Brócolis	Filé de Frango Acebolado	Frango Grelhado com Cenoura
Sobremesa	Barrinha Max Goiabinha	Fruta	Fruta	Gelatina de Morango	Fruta

Cardápio sujeito à alterações

Semana II: de 12 a 16 de Novembro 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)	Branco Integral c/Lentilhas	Branco Integral	Branco Integral	FERIADO	RECESSO
Feijão	Carioquinha	Preto	Carioquinha		
Guarnição Normal	Farofa de Acelga	Macarrão com Molho de Tomate	Legumes Grelhados		
Guarnição Vegetariano	Bolinho de Forno de Arroz c/Ricota e Espinafre	Lentilha Refogada	Purê de Mandioquinha		
Prato Principal	Lasanha de Queijo e Presunto	Filé de Peixe Assado c/Molho de Tomate	Coxa e Sobrecoxa de Frango c/Batatas		
Opção	Carne Moída	Omelete de Frango	Nuggets de Forno de Frango		
Grelhado	Isca de Frango Grelhado	Frango Grelhado c/Vagem	Bife Acebolado		
Sobremesa	Fruta	Mousse de Maracujá	Fruta		

Cardápio sujeito à alterações

Semana III: de 19 a 23 de Novembro 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)	Branco Integral	Branco Integral c/Ervilhas	Branco Integral	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Carioquinha
Guarnição Normal	Soja Texturizada Refogada	Massa Parafuso Alho e Óleo	Nhoque de Inhame c/Molho de Tomate	Farofa de Cenoura	Torta de Cebola
Guarnição Vegetariana	Abobrinha Recheada c/Ricota e Tomate	Couve-Flor Gratinada	Batata Corada de Forno c/Casca	Purê de Abóbora	***
Prato Principal	Filé de Frango à Napolitana (Frango Grelhado c/Molho de Tomate, Manjeriçã e Parmesão Ralado)	Salmão ao Forno c/Molho Alcaparras	Lombo ao Molho Madeira c/Cenoura	Peru de Thanksgiving	Quiabada (S/Camarão)
Opção	Rocambole de Batata c/Recheio de Frango e Molho de Tomate	Hambúrguer de Carne de Forno	Panqueca Colorida de Carne c/Molho de Tomate	Bolinho de Peixe Assado c/Ervas e Limão	***
Grelhado	Tiras de Carne Grelhada	Frango Grelhado	Cubos de Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada	Frango Grelhado
Sobremesa	Fruta	Doce de Leite de Copinho	Fruta	Gelatina de Uva	Fruta

Cardápio sujeito à alterações

Semana IV: de 26 a 30 de Novembro 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)	Branco Integral c/Lentilhas	Branco Integral	Branco Integral c/Vagem	Branco Integral	Branco Integral
Feijão	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição Normal	Massa Penne Alho e Óleo	Bolinho de Cenoura c/Ricota	Pirão	Feijão Branco Refogado	Canelone de Berinjela de Ricota e Molho de Tomate
Guarnição Vegetariana	Tomate Recheado c/Ricota	Purê de Batata	Legumes do Cozido	Farofa de Vagem	***
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Assada c/ Batata	Frango à Milanesa de Forno	Cozido (Carnes)	Lasanha de Frango	Bife à Pizzaiolo
Opção	Almôndegas de Forno de Carne c/Molho de Tomate	Fricassé de Frango	Empadão de Frango c/Catupiry	Frigideira de Peixe	Torta de Bacalhau
Grelhado	Isca de Frango Grelhado	Cubos de Carne Acebolada	Filé de Frango Grelhado	Tiras de Carne na Chapa c/Quiabo	Isca de Frango Grelhado c/Cenoura
Sobremesa	Fruta	Brigadeiro de Copinho	Fruta	Fruta	Salada de Frutas c/Leite Condensado

Cardápio sujeito à alterações