

## CARDÁPIO DO ALMOÇO Escola Gurilândia - Abril 2019



### Semana I: de 01 a 05 de Abril 2019 GURI

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha+Rúcula +Grão ou Proteína+Legume Cru+Legume Cozido+Montada+Molho+Complemento				
Arroz (02 tipos)	Branco/ 7 Cereais	Branco / Integral	Branco / Integral c/ Cenoura	Branco / Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão
Guarnição 1	Couve Flor e Brócolis Gratinado	Tomate Recheado com Queijo (Forno)	Abobrinha Recheada com Queijo	Legumes na Chapa	Pirão de Peixe
Guarnição 2	Farofa com Passas	Macarrão Alho e Óleo	Purê de Batata	Nhoque de Batata c/ Molho de Tomate	Feijão Fradinho com Quiabo
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Ensopada	Peixe Assado com Legumes	Carne do Sol Acebolada	Frango com Creme de Milho	Ensopado de Peixe com Batata
Opção	Quiabada	Hamburguer de Carne c/ Molho Tomate (Forno)	Frango a Milanesa (Forno)	Torta Madalena Carne	##
Grelhado	Cubos de Carne	Filé de Frango	Isca de Frango	Bife de Carne	Cubos de Frango
Sobremesa	Frutas	Frutas	Frutas	Max Goiabinha	Fruta

**\*Cardápio sujeito a alterações**

### Semana II: de 08 a 12 de Abril 2019 GURI

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha+Rúcula +Grão ou Proteína+Legume Cru+Legume Cozido+Montada+Molho+Complemento				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Couve	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Passas	Branco/Integral
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão Preto

Guarnição 1	Aipim Cozido	Batata Assada com Óregano	Abóbora Gratinada	Frigideira de Legumes	Legumes Sauté
Guarnição 2	Risoto de Brócolis	Pastelão de Cenoura com Ricota e Tomate Seco	Puré de Batata Doce	Macarrão ao Molho Parasiense (Separado)	Farofa com Acelga
Prato Principal	Salmão c/ Crosta de Castanha (Forno)	Frango á Pizzaiolo	Estrogonofe de Carne (com Batata Palha)	Lombo Fatiado	Carne de Panela
Opção 1	Empadão de Carne	Fricassê de Frango	Panqueca Frango com Molho Branco	Peixe ao Forno com Molho de Tomate	##
Grelhado	Cubos de Frango Cenoura	Cubos de Carne	Filé de Frango Grelhado c/ Vagem	Isca de Frango Grelhado	Filé de Frango
Sobremesa	Frutas	Frutas	Frutas	Doce de Leite no Copinho	Frutas

**\*Cardápio sujeito a alterações**

**Semana III: de 15 a 19 de Abril 2019 GURI - Almoço Especial Páscoa**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA - PÁSCOA	SEXTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha+Rúcula +Grão ou Proteína+Legume Cru+Legume Cozido+Montada+Molho+Complemento				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral com Ervilha	Branco/ Integral	Branco/ Integral	RECESSO SEMANA SANTA	RECESSO SEMANA SANTA
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão / Feijão Fradinho		
Guarnição 1	Berinjela Empanada (Forno)	Batatas Sauté	Caruru		
Guarnição 2	Macarrão ao Molho de Tomate (Separado)	Legumes Cozidos	Vatapá		
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Assada	Lasanha de Queijo e Presunto	Xinxim de Galinha (sem camarão)		
Opção 1	Omelete de Queijo	Torta de Bacalhau	Catado de Peixe		
Grelhado	Bife de Carne Grelhada com Couve Flor	Cubos de Carne Grelhada	Isca de Frango Grelhado		
Sobremesa	Frutas	Frutas	Frutas		

**\*Cardápio sujeito a alterações**

**Semana IV: de 22 a 26 de Abril 2019 GURI**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	<b>Alface + Tomate + Vinagrete + Folha+Rúcula +Grão ou Proteína+Legume Cru+Legume Cozido+Montada+Molho+Complemento</b>				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Ervilha	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Passas	Branco/Sete Cereais
Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição 1	Torta de Cebola	Bolinho de Arroz	Torta de Ricota com Espinafre	Grão de Bico Cozido com Molho de Tomate	Feijão Tropeiro
Guarnição 2	Farofa com Acelga	Abacaxi Assado com Canela	Pene Alho e Óleo com Tomate Cereja	Puré de Abóbora	Chuchu Refogado ao Creme de Milho
Prato Principal	Ensopado de Carne com Quiabo	Carne Moída	Almôndegas de Frango (Forno)	Frango Xadrez	Rolé de Peixe com Cenoura
Opção 1	Quibe de Forno de Carne	Escondidinho de Frango com Batata	Peixe Empanado (Forno)	Sanduche de Queijo (Forno)	##
Opção 2	Filé de Frango	Cubos de Frango	Isca de Carne Acebolada	Filé de Frango com Couve	Bife Acebolado
Sobremesa	Frutas	Frutas	Frutas	Goiabada com Creme de Leite	Frutas

**Semana V: de 29 a 03 de Abril / Maio 2019 GURI**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	<b>Alface + Tomate + Vinagrete + Folha+Rúcula +Grão ou Proteína+Legume Cru+Legume Cozido+Montada+Molho+Complemento</b>				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Ervilha		Branco/ Integral com Passas	Branco/Sete Cereais
Feijão	Feijão	Feijão Preto		Feijão Preto	Feijão

Guarnição 1	Mandioquinha Assada	Bolinho de Cenoura com Ricota
Guarnição 2	Farofa com Brócolis	Macarrão ao Molho Parasiense (Separado)
Prato Principal	Bife ao Molho Madeira	Bolinho de Peixe de Forno
Opção	Torta Crepe de Frango	Carne Ensopada
Grelhado	Filé de Frango com Batata	Isca de Frango Grelhado
Sobremesa	Frutas	Frutas

FERIADO

Lasanha de Berinjela Queijo	Torta de Palmito com Requeijão
Purê de Batata	Legumes ao Forno com Alecrim
Jardineira de Carne	Peixe Assado ao Molho de Limão
Quiche de Frango com Brócolis	##
Filé de Frango com Abóbora	Bife Acebolado
Picolé	Frutas