

Cardápio Escola Concept

Week/ Semana: 14 a 18 de Março
March 14th to 18th



	MONDAY SEGUNDA-FEIRA	TUESDAY TERÇA-FEIRA	WEDNESDAY QUARTA-FEIRA	THURSDAY QUINTA-FEIRA	FRIDAY SEXTA-FEIRA
MANHÃ SNACK/ LANCHE	Pão de queijo/ Tapioca com mel	Mini francês integral na chapa/Ovo mexido	Bisnaga com queijo mussarela/ Bolacha doce	Panqueca com geleia caseira/Biscoito de polvilho	Bolo de laranja/ Queijo quente
JUICE / SUCO	Suco de frutas	Água de coco	Suco de frutas	logurte de morango	Suco de frutas
FRUIT/ FRUTA	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
LUNCH / ALMOÇO	Arroz Branco/ Integral + Feijão Carioca	Arroz Branco/ Integral + Feijão Carioca	Arroz Branco/ Integral + Feijão Preto	Arroz Branco/ Integral + Feijão Carioca	Arroz Branco/Integral + Feijão Carioca
	Strogonoff de frango/ Picadinho de carne	Fricassé de frango/Bife acebolado	Carne assada ao molho roty/Filé de frango grelhado	File de tilapia grelhado/Maminha assada	Kibe assado/Peito de frango com tomate cereja
	Batata de palha	Couve refogada	Penne ao molho branco	Cenoura refogada	Purê de batata
	Alface/Tomate/ Repolho roxo/Tabule/Soja ao vinagrete	Alface/Tomate/ Beterraba/Tropica/ Grão bico ao pesto	Alface/Tomate/ Abobrinha com ervas finas/Cenoura ralada/Trigo temperada	Alface/Tomate/ Couve flor/Beterraba cozida/lentilha ao vinagrete	Alface/Tomate/ Antepasto de berinjela/Vagem/ Duo de grãos
	Suco de fruta	Suco de fruta	Suco de fruta	Suco de fruta	Suco de fruta
	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Salada de frutas
TARDE SNACK / LANCHE	Lanche natural/Tortinha integral de maçã	Croissant de queijo/Bolacha de arroz com ganache	Espiga de milho/Muffins de banana	Açaí com leite ninho, banana e morango/Biscoito de polvilho	Mini coxinha assada/Banana assada com mel
JUICE / SUCO	Suco de fruta	Suco de fruta	Suco de fruta	Suco de fruta	Suco de fruta
FRUIT/ FRUTA	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação

Obs: Sucos podem ser levemente adoçados com açúcar demerara, quando necessário, utilizamos farinha e arroz e farinha de coco. As substituições do menu são feitas de acordo com as restrições alimentares de cada estudante. Cardápio sujeito à alterações.



Cardápio Escola Concept

Week/ Semana: 14 a 18 de Março
March 14th to 18th

Toddlers I



	MONDAY SEGUNDA-FEIRA	TUESDAY TERÇA-FEIRA	WEDNESDAY QUARTA-FEIRA	THURSDAY QUINTA-FEIRA	FRIDAY SEXTA-FEIRA
MANHÃ SNACK/ LANCHE	Pão de queijo/Tapioca	Mini francês integral na chapa/Ovo mexido	Bisnaga com queijo mussarela	Panqueca com queijo	Queijo quente
JUICE / SUCO	Água de coco	Água de coco	Água de coco	Água de coco	Água de coco
FRUIT/ FRUTA	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
LUNCH / ALMOÇO	Arroz Branco/ Integral + Feijão Carioca	Arroz Branco/ Integral + Feijão Carioca	Arroz Branco/ Integral + Feijão Preto	Arroz Branco/ Integral + Feijão Carioca	Arroz Branco/Integral + Feijão Carioca
	Strogonoff de frango/ Picadinho de carne	Fricassé de frango/Bife acebolado	Carne assada ao molho roty/Filé de frango grelhado	File de tilapia grelhado/Maminha assada	Kibe assado/Peito de frango com tomate cereja
	Batata de palha	Couve refogada	Penne ao molho branco	Cenoura refogada	Purê de batata
	Alface/Tomate/ Repolho roxo/Tabule/Soja ao vinagrete	Alface/Tomate/ Beterraba/Tropica/ Grão bico ao pesto	Alface/Tomate/ Abobrinha com ervas finas/Cenoura ralada/Trigo temperada	Alface/Tomate/ Couve flor/Beterraba cozida/lentilha ao vinagrete	Alface/Tomate/ Antepasto de berinjela/Vagem/ Duo de grãos
	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Salada de frutas
TARDE SNACK / LANCHE	Lanche natural	Croissant de queijo/Bolacha de arroz	Espiga de milho/Muffins de banana	Açaí com banana e morango/	Mini coxinha assada
JUICE / SUCO	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
FRUIT/ FRUTA	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação

Obs: Sucos podem ser levemente adoçados com açúcar demerara, quando necessário, utilizamos farinha e arroz e farinha de coco. As substituições do menu são feitas de acordo com as restrições alimentares de cada estudante. Cardápio sujeito à alterações.

