



Agosto / Setembro de 2025



Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Opções alternativas de almoço oferecidas diariamente:

Caixa de homus com pão achatado integral e vegetais variados

Caixa de bagel com queijo em tiras e/ou iogurte

Tábua de Charcutaria

Parfait de Iogurte com Granola Caseira

Peru e queijo em pão integral

Todas as opções de refeições são servidas com uma fruta, dois vegetais e um leite. Escolha entre leite branco 1%, leite com chocolate desnatado e leite com morango

Dia do Trabalho sem escola



8
Queijo grelhado em pão integral
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

15
Macarrão com queijo e palitos de pão torcidos
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

22
Palitos Bosco com Molho Marinara
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

26
Quesadilla de queijo com molho e creme de leite
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

2
Cachorro-quente no pão integral com feijão assado no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

9
Nachos de carne temperada com salsa e creme de leite
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

16
Waffle holandeses com linguiça de peru
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

23
Sem escola Rosh Hashanah

27
Palitos de mussarela com molho marinara
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

3
Palitos de torrada francesa com Salsicha de peru
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

10
Pizza Crunchers
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

17
Pãozinho de Massa com Molho de Carne
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

24
Hambúrguer ou Cheeseburger com Feijão Cozido
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

28
Nuggets de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

4
Frango Pipoca Assado no Forno
Batatas Fritas
Pãozinho
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

11
Tiras de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

18
Hambúrguer de frango no pão integral e batatas fritas assadas no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

25
Nuggets de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

29
Pizza variada
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

5
Pizza variada
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

12
Pizza variada
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

19
Pizza variada
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

26
Pizza variada
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris



Preços do almoço:
Alunos gratuitos: Alunos gratuitos com desconto: US\$ 0,40 Alunos pagos: US\$ 3,60 Somente leite: US\$ 0,75



Agosto / Setembro de 2025

Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Opções alternativas de almoço oferecidas diariamente:

Caixa de homus com pão achatado integral e vegetais variados

Parfait de iogurte com Granola Caseira

Salada Caesar de Frango

Ou

**Deli Bar
Escolha de peru com cabeça de javali, presunto e frango Buffalo**

Queijo: Americano, Provolone, Pepper Jack

Ingredientes: Alface, tomate, picles, pimenta banana, pimenta jalapeño, azeitonas, maionese, mostarda, molho picante

Preços do almoço:

Grátis: Grátis com desconto de US\$ 0,40. Alunos pagos: Almoço quente US\$ 3,80. Alunos pagos: Delicatessen/Alternativo US\$ 4,30. Somente leite: US\$ 0,75.

Todas as opções de refeições são servidas com uma fruta, dois vegetais e um leite. Escolha entre leite branco 1%, leite com chocolate desnatado e leite com morango

Dia do Trabalho sem escola



Queijo grelhado em pão integral
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Macarrão com queijo e palitos de pão torcidos
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Palitos Bosco com Molho Marinara
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Quesadilla de queijo com molho e creme de leite
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Cachorro-quente no pão integral com feijão assado no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Nachos de carne temperada com salsa e creme de leite
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Waffle holandeses com linguiça de peru
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Sem escola Rosh Hashanah

Palitos de mussarela com molho marinara
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Palitos de torrada francesa com Salsicha de peru
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Crunchers
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pãozinho de Massa com Molho de Carne
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Hambúrguer ou Cheeseburger com Feijão Cozido
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Nuggets de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Frango Pipoca Assado no Forno
Batatas Fritas
Pãozinho
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Tiras de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Hambúrguer de frango no pão integral e batatas fritas assadas no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Nuggets de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada
Salada Verde
Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada
Salada Verde
Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada
Salada Verde
Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada
Salada Verde
Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada
Salada Verde
Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris



BACK TO SCHOOL

Cardápio de almoço da Pomperaug High School

Agosto / Setembro de 2025

Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Opções alternativas de almoço oferecidas diariamente:

Caixa de homus com pão achatado integral e vegetais variados

Parfait de Iogurte com Granola Caseira

Salada Caesar de Frango

Wrap de assinatura: Frango Kickin

Ou

**Deli Bar
Escolha de peru com cabeça de javali, presunto, frango Buffalo e atum**

Queijo: Americano, Provolone, Pepper Jack

Ingredientes: Alface, tomate, pickles, pimenta banana, pimenta jalapeño, azeitonas, maionese, mostarda, molho picante

Preços do almoço:

Grátis: Grátis com desconto de US\$ 0,40. Alunos pagos: Almoço quente US\$ 3,80. Alunos pagos: Delicatessen/Alternativo US\$ 4,30. Somente leite: US\$ 0,75.

Todas as opções de refeições são servidas com duas frutas, dois vegetais e um leite. Escolha entre leite branco 1%, leite com chocolate desnatado e leite com morango

Dia do Trabalho sem escola



Palitos Bosco com Molho Marinara
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Crunchers
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Queijo grelhado em pão integral e batatas fritas assadas no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Quesadilla de queijo com molho e creme de leite
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Cachorro-quente no pão integral e batatas fritas assadas no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Frango General Tso com Arroz Integral
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Waffle holandês com salsicha de peru e batatas fritas assadas no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Sem escola Rosh Hashanah

Palitos de mussarela com molho marinara

Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Palitos de torrada francesa com Salsicha de peru
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Hambúrguer ou Cheeseburger com Batata Frita
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Nachos de carne temperada com salsa e creme de leite
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Macarrão com Molho de Carne e Nó de Alho
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Nuggets de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar

Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Frango Pipoca Assado no Forno
Batatas Fritas Pãozinho
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Tiras de frango, batatas fritas assadas no forno, pãozinho para o jantar
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pãozinho de Frango com Pipoca
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Hambúrguer de frango no pão integral e batatas fritas assadas no forno
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada Salada Verde Mista

Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada Salada Verde Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada Salada Verde Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada Salada Verde Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

Pizza Variada Salada Verde Mista
Bandeja de frutas e vegetais arco-íris

