

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 15/07	TERÇA – 16/07	QUARTA – 17/07	QUINTA – 18/07	SEXTA – 19/07
<b>Lanche da manhã</b>	Suco Pão de queijo Fruta da estação	Suco Bolo mesclado Fruta da estação	Suco Minipastel assado Fruta da estação	Bebida láctea Bisnaguinha com requeijão ou mel Fruta da estação	Suco Torradinha de queijo Fruta da estação
<b>Almoço</b>	Massa à bolonhesa, jardineira de legumes. Saladas: alface e tomate	Arroz, feijão, frango grelhado, milho na manteiga. Saladas: brócolis e cenoura ralada	Arroz, feijão, coração na panela de ferro, farofinha com legumes Saladas: couve-flor e beterraba	Arroz, feijão, panqueca de carne, quibebe. Saladas: chuchu e vagem	Arroz, feijão, bife grelhado, batata corada. Saladas: alface e tomate
<b>Lanche da tarde</b>	Suco Bolo de chocolate Fruta da estação	Suco Pão de queijo Fruta da estação	Suco Hamburguinho caseiro Fruta da estação	Leite com cacau Torradinha de queijo Fruta da estação	Bebida láctea Bisnaguinha com requeijão ou mel Fruta da estação

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 22/07	TERÇA – 23/07	QUARTA – 24/07	QUINTA – 25/07	SEXTA – 26/07
<b>Lanche da manhã</b>	Suco Minipastel assado Fruta da estação	Suco Pizza caseira Fruta da estação	Suco Hamburguinho caseiro Fruta da estação	Leite com baunilha Pão massinha com requeijão ou mel Fruta da estação	Suco Bolo de cenoura Fruta da estação
<b>Almoço</b>	Arroz, feijão, bife grelhado, milho na manteiga. Saladas: cenoura ralada e alface	Massa, feijão, frango com molho, brócolis ao vapor. Saladas: vagem e cenoura ralada	Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa. Saladas: beterraba e chuchu	Arroz, feijão, bife de frango, purê de batata. Saladas: alface e tomate	Arroz, feijão, almôndegas ao sugo, aipim ao vapor. Saladas: cenoura cozida e abobrinha
<b>Lanche da tarde</b>	Suco Sanduíche de queijo com alface e tomate Fruta da estação	Leite com baunilha Pão massinha com requeijão ou mel Fruta da estação	Suco Minipastel assado Fruta da estação	Suco Bolo de cenoura com chocolate Fruta da estação	Suco Bisnaguinha com requeijão ou doce de leite Fruta da estação

\* Este cardápio está sujeito a alterações.

\* Todas as preparações são *assadas, cozidas ou grelhadas*.

\* A maioria das preparações são elaboradas em nossa cozinha.

\* A cozinha é abastecida semanalmente com alguns produtos orgânicos da nossa Sede Campestre.

**Joseane Ruschel Mancio**  
 Nutricionista - CRN2 4510  
 LabPort, v. 01, NC, 12/07/2024

