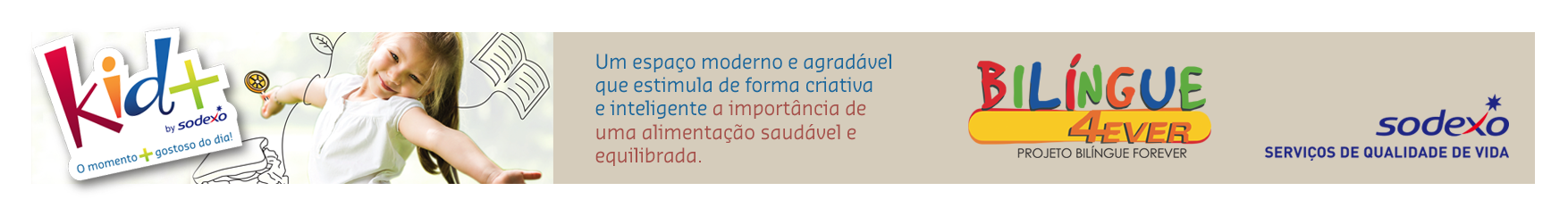
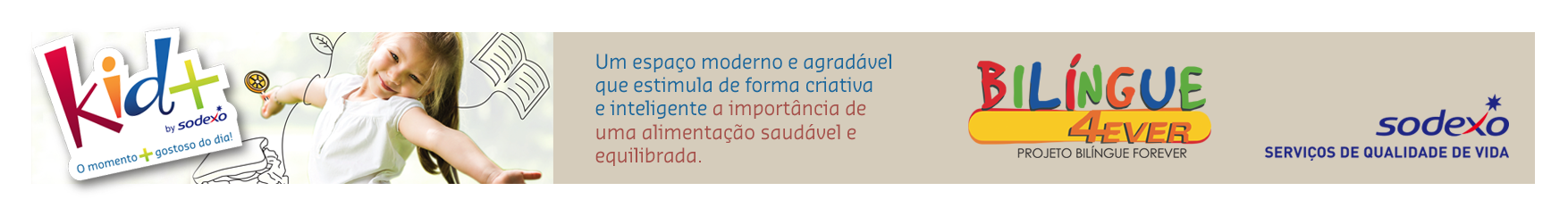


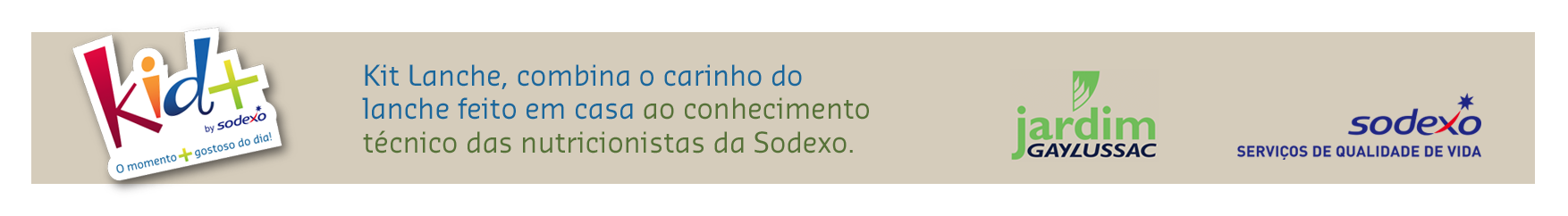
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIO ALMOÇO - GAYLUSSAC ENSINOS FUNDAMENTAL E MÉDIO – JULHO - 2024** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Data** | | **Salada 1** | **Salada 2** | **Salada 3** | **Salada**  **4** | **Arroz** | **Feijão** | **Principal** | **Principal** | **Guarnição 1** | **Guarnição 2** | **Fruta** | **Molho** | **Sobremesa** | **Suco** |
| **08**  **julho** | **Segunda** | **Alface** | **Tomate em Pétalas** | **Rúcula com Tomate Seco** | **Salada de Feijão Fradinho** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Almôndega ao Molho** | **Drumete Assado** | **Espaguete** | **Legumes Sauteé** | **Melancia** | **Molho**  **de Alecrim** | **Canjica** | **Acerola** |
| **09**  **julho** | **Terça** | **Alface** | **Tomate**  **em Rodelas** | **Repolhonese** | **Abobrinha refogada** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Carioca** | **Gurjão de Frango** | **Escondidinho de Carne** | **Cenoura com Espinafre** | **Acelga Refogada** | **Melão** | **Molho Apimentado** | **Compota de Abacaxi com Coco** | **Uva** |
| **10**  **julho** | **Quarta** | **Alface** | **Tomate em Pétalas** | **Salada de Feijão** | **Beterraba Cozida** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Iscas Mistas** | **Filé de Frango Empanado** | **Batata Rústica** | **Ratatouille** | **Mamão** | **Molho**  **de Cebola** | **Cumble de Maçã** | **Manga** |
| **11**  **julho** | **Quinta** | **Alface** | **Tomate**  **em Rodelas** | **Chuchu com Ovos** | **Agrião com Manga** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Carioca** | **Carne Assada ao Molho Ferrugem** | **Empadão de Frango** | **Farofa** | **Abóbora Assada** | **Laranja** | **Molho**  **de Alecrim** | **Cocada Cremosa de Maracujá** | **Abacaxi** |
| **12**  **julho** | **Sexta** | **Alface** | **Tomate em Pétalas** | **Salada de Macarrão** | **Salada de Soja ao Vinagrete** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Filé de Frango Grelhado** | **Carne Moída com Cenoura** | **Batata-doce Assada** | **Abobrinha com Tomates Secos** | **Mix de Frutas** | **Molho**  **de Alho** | **Pudim** | **Laranja** |

Importante: Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade dos produtos.



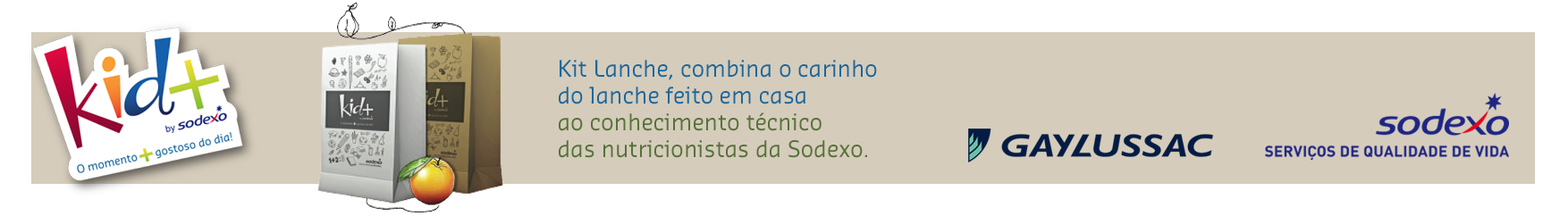
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **GAYLUSSAC JARDIM – PROJETO BILÍNGUE – JULHO - 2024** | | | | | | | | | | | | | |
| **COLAÇÃO** | | | **CARDÁPIO ALMOÇO** | | | | | | | | | | |
| **Data** | **Bebidas** | | **Salada 1** | **Salada 2** | **Salada 3** | **Salada 4** | **Arroz** | **Feijão** | **Prato** | **Prato** | **Guarnição 1** | **Fruta** |
| **Principal** | **Principal** |
| **08**  **julho** | **Segunda** | **Caju** | **Alface** | **Tomate em Pétalas** | **Rúcula com Tomate Seco** | **Salada de Feijão Fradinho** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Almôndega ao Molho** | **Drumete Assado** | **Espaguete** | **Melancia** |
| **09**  **julho** | **Terça** | **Abacaxi** | **Alface** | **Tomate**  **em Rodelas** | **Repolhonese** | **Abobrinha refogada** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Gurjão de Frango** | **Escondidinho de Carne** | **Cenoura**  **com Espinafre** | **Melão** |
| **10**  **julho** | **Quarta** | **Acerola** | **Alface** | **Tomate em Pétalas** | **Salada de Feijão** | **Beterraba Cozida** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Iscas Mistas** | **Filé de Frango Empanado** | **Batata**  **Rústica** | **Mamão** |
| **11**  **julho** | **Quinta** | **Limão** | **Alface** | **Tomate**  **em Rodelas** | **Chuchu com Ovos** | **Agrião com Manga** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Ovos**  **Mexidos** | **Empadão de Frango** | **Farofa** | **Laranja** |
| **12**  **julho** | **Sexta** | **Uva** | **Alface** | **Tomate em Pétalas** | **Salada de Macarrão** | **Salada de Soja ao Vinagrete** | **Arroz Branco/ Arroz Integral** | **Preto** | **Filé de Frango Grelhado** | **Carne Moída com Cenoura** | **Batata-doce Assada** | **Mix de Frutas** |

Importante: Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade dos produtos.



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIO LANCHE SAUDÁVEL – INTEGRAL – MANHÃ - JULHO - 2024** | | | |
| **Data** | | **Bebidas OU Frutas** | **Opção Comida** | |
| 08  Julho | Segunda | Suco: Laranja | Bolo de Laranja | |
| 09  julho | Terça | Fruta: Maçã | Queijo Quente | |
| 10  julho | Quarta | Suco: Caju | Bolo de Cenoura | |
| 11  julho | Quinta | Fruta: Melancia | Bolo Mesclado | |
| 12  julho | Sexta | Suco: Vitamina | Brioche com Ovo | |

Importante: Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade dos produtos.



|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIO KIT LANCHE SAUDÁVEL – EDUCAÇÃO INFANTIL – JULHO - 2024** | | | | | | |
| **Data** | | **Frutas** | **Bebidas** | **Opção Salgada** | **Opção Doce** | **Grupos 1 e 2 (sem açúcar/sem leite)** |
| **08**  **julho** | **Segunda** | **Banana** | **Acerola** | **Pizza Caseira** | **Milkshake de Cacau** | **Pizza Caseira** |
| **Shake de Cacau** |
| **09**  **julho** | **Terça** | **Manga** | **Melancia** | **Pastelzinho de Frango** | **Muffin de Laranja** | **Pastelzinho de Frango** |
| **Muffin de Laranja** |
| **10**  **julho** | **Quarta** | **Maçã** | **Manga** | **Pãozinho Francês com Ovos Mexidos** | **Cookie de Aveia** | **Pãozinho Francês com**  **Ovos Mexidos** |
| **Cookie de Aveia** |
| **11**  **julho** | **Quinta** | **Abacaxi** | **Abacaxi** | **Esfirra de Frango** | **Bolo de Cenoura com Calda de Cacau** | **Esfirra de Frango** |
| **Bolo de Cenoura com**  **Calda de Cacau** |
| **12**  **julho** | **Sexta** | **Mix de Frutas** | **Laranja** | **Pipoca Salgada** | **Vitamina de Abacate** | **Pipoca Salgada** |
| **Vitamina de Abacate** |

Importante: Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade dos produtos.