

|  |
| --- |
| **CARDÁPIO ALMOÇO - GAYLUSSAC ENSINOS FUNDAMENTAL E MÉDIO – JULHO - 2024** |
| **Data** | **Salada 1** | **Salada2** | **Salada3** | **Salada****4** | **Arroz** | **Feijão** | **Principal** | **Principal** | **Guarnição1** | **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** |
| 08Julho | Segunda | Suco: Laranja | Bolo de Laranja |
| 09julho | Terça | Fruta: Maçã | Queijo Quente |
| 10julho | Quarta | Suco: Caju | Bolo de Cenoura |
| 11julho | Quinta | Fruta: Melancia | Bolo Mesclado |
| 12julho | 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.