



Nutricionista Responsável: Fernanda Rocha
CRN-2: 14292



FERNANDA ROCHA
NUTRICIONISTA

01/07/2019 a 05/07/2019

Cardápio Lanche da manhã (9h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bolacha integral	Bolo integral chocolate	Sanduíche	Bolacha integral	Bisnaguinha com requeijão
logurte	Achocolatado	Suco	logurte	Achocolatado
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Cardápio de Almoço (11h15m)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz	Arroz com cenoura	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Carne cubos c/ molho	Frango grelhado	Carreteiro	Fricassê de Frango	Filé de peixe grelhado
Polenta	Aipim	Ovo cozido	Batata palha	Purê de batata
Beterraba	Alface	Couve-flor	Beterraba	Tomate
Cenoura cozida rodela	Tomate	Brócolis	Alface	Vagem
Fruta	Fruta	Fruta	Torta de bolacha	Fruta
Água	Suco natural/Água	Água	Suco natural/Água	Água

Cardápio Lanche da tarde (17h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sanduíche	Bisnaguinha com geléia	Pipoca	Sanduíche integral	Pão de queijo
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Suco	Achocolatado	Suco	Achocolatado	Achocolatado

Cardápio sujeito a alterações 01/07/2019 a 05/07/2019



Nutricionista Responsável: Fernanda Rocha

CRN-2: 14292



FERNANDA ROCHA
NUTRICIONISTA

08/07/2019 a 12/07/2019

Cardápio de Lanche da manhã (9h)

Segunda- feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bolo integral mesclado	Sanduche de queijo	Pão de queijo	Bolacha integral	Bolo integral
Achocolatado	Suco	Achocolatado	logurte	logurte
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Frutas

Cardápio de Almoço (11h15m)

Segunda- feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Moida	Frango grelhado	Lasanha de carne	Peixe grelhado	Sobrecoxa desossada
Massa	Batata no forno		Omelete de queijo	Milho cozido
Alface	Pepino japones rodela	Vagem	Alface	Brócolis
Cenoura	Beterraba	Tomate	Couve flor	Tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Bombom de travessa	Fruta
Água	Suco natural/Água	Água	Suco natural/Água	Água

Cardápio de Lanche da tarde (17h)

Segunda- feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pão de queijo	Biscoito de polvilho	Sanduche integral	Bolo integral	Sanduche
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
logurte	Achocolatado	Suco	Achocolatado	Suco

Cardápio sujeito a alterações 08/07/2019 a 12/07/2019

♦ Cantinas ♦



Nutricionista Responsável: Fernanda Rocha
CRN-2: 14292



FERNANDA ROCHA
NUTRICIONISTA

15/07/2019 a 19/07/2019

Cardápio de Lanche da manhã (9h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Biscoito polvilho	Bolo chocolate	Sanduíche de bisnaguinha	Pão de queijo	Sanduíche
logurte	Suco	Achocolatado	logurte	Achocolatado
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Cardápio de Almoço (11h15m)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Iscas de carne	Frango com molho	Carne c/ molho	Coração galinha	Carne
Couve ref c/ ovos	Purê de aipim	Abobrinha à pizzaiolo	Massa	Refog Moranga e batata
Tomate cereja	Alface	Tomate	Brócolis	Cenoura em rodelas
Pepino japones	Cenoura	Beterraba	Vagem	Tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Mousse de morango	Fruta
Água	Suco natural/Água	Água	Suco natural/Água	Água

Cardápio de Lanche da tarde (17h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sanduíche	Pipoca	Pão de queijo	Bolacha	Bolo chocolate
Fruta	Fruta	Fruta	logurte	Fruta
Suco	Suco	Achocolatado	Fruta	Suco

Cardápio sujeito a alterações 15/07/2019 a 19/07/2019

◊ Cantinas ◊



Nutricionista Responsável: Fernanda Rocha





Nutricionista Responsável: **Fernanda Rocha**
CRN-2: 14292



22/07/2019 a 26/07/2019

FERNANDA ROCHA
NUTRICIONISTA

Cardápio de Lanche da manhã (9h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sanduche integral	Pão de queijo	Bolo integral banana	Bolacha integral	Bolo integral mesclado
Suco	Achocolatado	iogurte	Iogurte	iogurte
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Cardápio de Almoço (11h15m)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Carne cubos c/ batata e cenoura	Panqueca de espinafre e carne	Peixe grelhado	Sobrecoxa desossada	Iscas de carne
		Batata dorê	Moranga picadinha c/ milho	Massa molho sugo
Brócolis	Cenoura	Alface	Vagem	Alface
Tomate	Pepino japones	Beterraba	Brócolis	Tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Mousse chocolate	Fruta
Água	Suco natural/Água	Água	Suco natural/Água	Água

Cardápio de Lanche da tarde (17h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pão de queijo	Bisnaguinha c/ requeijão	Sanduche	Pipoca	Sanduche integral
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Suco	Achocolatado	Achocolatado	Suco	Achocolatado

Cardápio sujeito a alterações 22/07/2019 a 26/07/2019



Nutricionista Responsável: Fernanda Rocha
CRN-2: 14292



FERNANDA ROCHA
NUTRICIONISTA

29/07/2019 a 02/08/2019

Cardápio de Lanche da manhã (9h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bisnaguinha	Bolo integral mesclado	Pão de queijo	Bolacha integral	Sanduche de queijo
Suco	Achocolatado	Achocolatado	Igurte	Suco
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Cardápio de Almoço (11h15m)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Carne c/ molho	Frango grelhado	Salsichão assado	Iscas de carne	Escondidinho de batata e carne
Inhoque	Batata molho branco	Farofa	Refog vagem e batata	
Alface	Cenoura	Alface	Couve flor	Pepino rodela
Tomate	Brócolis	Beterraba	Brócolis	Tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Frutas com chocolate	Fruta
Água	Suco natural/Água	Água	Suco natural/Água	Água

Cardápio de Lanche da tarde (17h)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sanduche	Pão de queijo	Bolo	Sanduche de bisnaguinha	Biscoito de polvilho
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Suco	Achocolatado	Iogurte	Suco	Achocolatado

Cardápio sujeito a alterações 29/07/2019 a 02/08/2019