

hello march

C A F É D A M A N H Ã	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Pão Francês	Pão de forma	Pão Francês	Pão de forma integral	Pão Francês
	Acompanhamentos: Requeijão (L) Ovo mexido Doce de leite (L)	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Mel Manteiga (L)	Acompanhamentos: Requeijão (L) Geleia de frutas	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Manteiga Doce de leite	Acompanhamentos: Manteiga (L) Mel Creme caseiro de queijo (L)
	Bolo de Limão	Cereais Matinais	Pão de queijo (L)	Torrada caseira temperada	Cereais Matinais
	Biscoito de Polvilho Rosquinha de Chocolate	Bolachão de mel Cream Cracker	Biscoito de Polvilho Bolacha Maisena	Rosquinha de chocolate Cream Craker	Cream Craker Bolachão de mel
Bebidas: Leite (L), Café, Chá Natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	
Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	

A L M O Ç O	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz, Feijão, Carne moída, Espaguetti alho e óleo, Cenoura refogada, Saladas de Alface crespa, Pepino e Beterraba Sobremesa: Goiaba	Arroz, Feijão, Fricassê de frango (L), Batata rústica, Couve refogada, Saladas de Rúcula, Tomate e Cebola temperada Sobremesa: Arroz Doce (L)	Arroz, Feijão, Bife a role, Purê colorido, Tomate recheado (L), Saladas de Alface americana, Grão de bico e Milho Sobremesa: Abacate	Arroz, Feijão, Arroz Chinês, Frango Xadrez, Saladas de Repolho, Pepino agridoce e Cenoura Sobremesa: Banana caramelada	Arroz, Feijão, Bife acebolado, Bolinho de arroz, Seleta de legumes, Saladas de Alface lisa, Vinagrete e Couve-flor Sobremesa: Buffet de frutas	

L A N C H E D A T A R D E	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sanduíche Natural de frango no pão de francês (L)	Mini pizza de corn bacon(L)	Waffle com calda de cacau	Meia lua recheado com carne	Bauru (L)	
Cream craker	Rosquinha de chocolate	Bolachão de mel	Cream Craker	Vitamina de Polpa (L)	
Suco Natural	Chá	Suco Natural	Chá	Maçã	
Banana	Maçã	Laranja	Banana		

*Cardápio sujeito a alteração de acordo com a necessidade (qualidade do produto, entrega do fornecedor, etc.) e sem aviso prévio.

*O cardápio será adaptado para as crianças com alergias (mediante atestado médico e/ou nutricional).

*Todos os salgados são preparados em nossa cozinha (calzone, esfirra, pastel assado, pão de batata, pizza caseira, tortas). Os bolos também.

*Nossos sucos são feitos utilizando polpa congelada e mínima quantidade de açúcar.

*Todas as bolachas são sem recheio.

*O Café da manhã e o almoço são servidos em forma de Buffet. Os alunos se servem com orientação dos professores, que estimulam a variedade.

hello march



CARDÁPIO INTEGRAL (2º ao 9º ano) / Março – 2020

C A F É D A M A N H Ã	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Pão Francês	Pão de forma integral	Pão Francês	Pão de forma	Pão Francês
	Acompanhamentos: Requeijão (L) Ovo mexido Doce de leite (L)	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Mel Manteiga (L)	Acompanhamentos: Requeijão (L) Geleia de frutas	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Manteiga Doce de leite	Acompanhamentos: Manteiga (L) Mel Creme caseiro de queijo (L)
	Bolo de Cacau	Cereais Matinais	Pão de queijo (L)	Torrada caseira temperada	Cereais Matinais
	Bolachão de mel Cream Cracker	Biscoito de Polvilho Rosquinha de Chocolate	Bolachão de mel Cream Cracker Cookies caseiros	Biscoito de Polvilho Rosquinha de chocolate	Bolacha Maisena Cream Cracker
Bebidas: Leite (L), Café, Chá Natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	
Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	

A L M O Ç O	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz, Feijão, Omelete, Macarrão com molho de frango(L), Vagem refogada, Saladas de Alface lisa, Tomate e Pimentão Sobremesa: Mamão	Arroz, Feijão, Carne assada, Batata souteé, Repolho refogado, Saldadas de Couve, Brócolis e Macarrones (L) Sobremesa: Mousse de maracujá (L)	Arroz, Feijão, Filé de frango a milanesa, Creme de milho, Beterraba refogada, Saldadas de Alface crespa, Cenoura e Chuchu Sobremesa: Melancia	Arroz, Feijão, Estrogonofe de carne, Batata palha, Legumes refogados, Saladas Agrião, Beterraba e Caprese Sobremesa: Gelatina	Arroz, Feijão, Frango assado, Farofa, Espaguetti de abobrinha, Saladas de Mix de folhas, Couve- flor e Seleta de legumes Sobremesa: Abacaxi	

L A N C H E D A T A R D E	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sanduíche natural de peito de peru (pão de forma) Suco Natural Laranja	Pão de batata com frango e catupiry (L) Cream Craker Chá Banana	Panqueca de frios (L) Rosquinha de Chocolate Suco Natural Maçã	Pão (massa de beterraba) de calabresa Bolacha Maisena Chá Laranja	Cup cake toalha felpuda Vitamina de Polpa (L) Banana	

*Cardápio sujeito a alteração de acordo com a necessidade (qualidade do produto, entrega do fornecedor, etc.) e sem aviso prévio.

*O cardápio será adaptado para as crianças com alergias (mediante atestado médico e/ou nutricional).

*Todos os salgados são preparados em nossa cozinha (calzone, esfirra, pastel assado, pão de batata, pizza caseira, tortas). Os bolos também.

*Nossos sucos são feitos utilizando polpa congelada e mínima quantidade de açúcar.

*Todas as bolachas são sem recheio.

*O Café da manhã e o almoço são servidos em forma de Buffet. Os alunos se servem com orientação dos professores, que estimulam a variedade.

hello march



CARDÁPIO INTEGRAL (2º ao 9º ano) / Março – 2020

	16/03 Segunda-feira	17/03 Terça-feira	18/03 Quarta-feira	19/03 Quinta-feira	20/03 Sexta-feira
C A F É D A M A N H Ã	Pão Francês	Pão de forma	Pão Francês	Pão de forma integral	Pão Francês
	Acompanhamentos: Requeijão (L) Doce de leite (L)	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Mel Manteiga (L)	Acompanhamentos: Requeijão (L) Geleia de frutas	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Manteiga Doce de leite	Acompanhamentos: Manteiga (L) Mel Creme caseiro de queijo (L)
	Bolo de Limão	Cereais Matinais	Pão de queijo (L)	Torrada caseira temperada	Cereais Matinais
	Biscoito de Polvilho Rosquinha de Chocolate	Bolachão de mel Cream Cracker	Biscoito de Polvilho Bolacha Maisena	Rosquinha de chocolate Cream Craker	Cream Craker Bolachão de mel
	Bebidas: Leite (L), Café, Chá Natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)
	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)

	16/03 Segunda-feira	17/03 Terça-feira	18/03 Quarta-feira	19/03 Quinta-feira	20/03 Sexta-feira
A L M O Ç O	Arroz, Feijão, Picadinho de carne, Parafuso alho e óleo, Cenoura ao molho branco (L), Saladas de Alface americana, Salpicão e Brocolis Sobremesa: Melão	Arroz, Feijão, Risoto de frango, Torta de legumes, Vagem refogada, Saladas de Repolho, Beterraba e Tomate Sobremesa: Pavê de chocolate (L)	Arroz, Feijão, Tutu de feijão, Lingüiça assada, Couve refogada, Saladas de Alface lisa, Vinagrete e Ovo Sobremesa: Manga	Arroz, Feijão, Porco acebolado, Abacaxi grelhado, Farofa, Saladas de Rúcula, Milho e Cenoura Sobremesa: Flan de baunilha (L)	Arroz, Feijão, Frango ao molho de tomate, Purê de batata e abóbora, Abobrinha recheada, Saladas de Alface crespa, Pimentão e Pepino Sobremesa: Caqui

	16/03 Segunda-feira	17/03 Terça-feira	18/03 Quarta-feira	19/03 Quinta-feira	20/03 Sexta-feira
L A N C H E T A R D E	Pão francês com ovo mexido Cream Craker Suco Natural Maçã	Mini pizza de marguerita (L) Bolacha Maisena Chá Laranja	Pão francês com carne desfiada e maionese caseira (L) Suco Natural Banana	Enroladinho de frios(L) Bolachão de mel Chá Maçã	Fatias de Pão caseiro de cenoura, com requeijão (L) Vitamina de Polpa (L) Laranja

*Cardápio sujeito a alteração de acordo com a necessidade (qualidade do produto, entrega do fornecedor, etc.) e sem aviso prévio.

*O cardápio será adaptado para as crianças com alergias (mediante atestado médico e/ou nutricional).

*Todos os salgados são preparados em nossa cozinha (calzone, esfirra, pastel assado, pão de batata, pizza caseira, tortas). Os bolos também.

*Nossos sucos são feitos utilizando polpa congelada e mínima quantidade de açúcar.

*Todas as bolachas são sem recheio.

*O Café da manhã e o almoço são servidos em forma de Buffet. Os alunos se servem com orientação dos professores, que estimulam a variedade.

hello march



CARDÁPIO INTEGRAL (2º ao 9º ano) / Março – 2020

C A F É D A M A N H Ã	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Pão Francês	Pão de forma	Pão Francês	Pão de forma integral	Pão Francês
	Acompanhamentos: Requeijão (L) Ovo mexido Doce de leite (L)	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Mel Manteiga (L)	Acompanhamentos: Requeijão (L) Geleia de frutas	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Manteiga Doce de leite	Acompanhamentos: Manteiga (L) Mel Creme caseiro de queijo (L)
	Bolo de Cacau	Cereais Matinais	Pão de queijo (L)	Torrada caseira temperada	Cereais Matinais
	Biscoito de Polvilho Rosquinha de Chocolate	Bolachão de mel Cream Craker	Biscoito de Polvilho Bolacha Maisena Cookies caseiros	Rosquinha de chocolate Cream Craker	Cream Craker Bolachão de mel
Bebidas: Leite (L), Café, Chá Natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	
Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	

A L M O Ç O	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz, Feijão, Omelete, Espaguetti a bolonhesa, Chuchu refogado, Saladas de Alface lisa, Ervilha e Tomate Sobremesa: Melancia	Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango, Batata palha, Escarola refogada com bacon, Saladas de Agrião, Abóbora e Macarrone(L) Sobremesa: Espumone (L)	Arroz, Feijão, Bife, Farofa, Bolinho de espinafre, Saladas de Alface americana, Abobrinha e Beterraba Sobremesa: Mamão	Arroz, Feijão, Frango assado, Quirera, Brocolis refogado, Saladas de Couve, Cenoura e Chuchu Sobremesa: Manjar de coco (L)	Arroz, Feijão, Carne moída com legumes, Arroz de forno, Vagem refogada, Saladas de Mix de folhas, Couve- flor e Cebola Sobremesa: Abacaxi	

L A N C H E T A R D E	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sanduíche natural com patê de atum	Pão enrolado de banana com gotas de chocolate	X salada	Esfirra de carne	Bolo de cenoura com cobertura de cacau	
Cream Craker	Bolacha Maisena	Suco Natural	Bolachão de mel	Vitamina de Polpa (L)	
Suco Natural	Chá	Banana	Chá	Laranja	
Maçã	Laranja		Maçã		

*Cardápio sujeito a alteração de acordo com a necessidade (qualidade do produto, entrega do fornecedor, etc.) e sem aviso prévio.

*O cardápio será adaptado para as crianças com alergias (mediante atestado médico e/ou nutricional).

*Todos os salgados são preparados em nossa cozinha (calzone, esfirra, pastel assado, pão de batata, pizza caseira, tortas). Os bolos também.

*Nossos sucos são feitos utilizando polpa congelada e mínima quantidade de açúcar.

*Todas as bolachas são sem recheio.

*O Café da manhã e o almoço são servidos em forma de Buffet. Os alunos se servem com orientação dos professores, que estimulam a variedade.

hello march



CARDÁPIO INTEGRAL (2º ao 9º ano) / Março – 2020

C A F É D A M A N H Ã	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Pão Francês	Pão de forma	Pão Francês	Pão de forma integral	Pão Francês
	Acompanhamentos: Requeijão (L) Ovo mexido Doce de leite (L)	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Mel Manteiga (L)	Acompanhamentos: Requeijão (L) Geleia de frutas	Acompanhamentos: Presunto e Queijo (L) Manteiga Doce de leite	Acompanhamentos: Manteiga (L) Mel Patê de presunto
	Bolo de Canela	Cereais Matinais	Pão de queijo (L)	Torrada caseira temperada	Cereais Matinais
	Biscoito de Polvilho Rosquinha de Chocolate	Bolachão de mel Cream Cracker	Biscoito de Polvilho Bolacha Maisena	Rosquinha de chocolate Cream Craker	Cream Craker Bolachão de mel
Bebidas: Leite (L), Café, Chá Natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, e Suco Polpa, Leite batido com cacau em pó 50% (L)	Bebidas: Leite (L), Café, Chá natural, iogurte (L), Leite batido com cacau em pó 50% (L)	
Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	Cesta de Frutas (banana, maçã e laranja)	

A L M O Ç O	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Arroz, Feijão, Almôndegas ao molho vermelho, Polenta cremosa, Couve-flor refogada, Saladas de Alface crespa, Beterraba e Batata Sobremesa: Goiaba	Arroz, Feijão, Carne assada, Farofa, Espaguete de cenoura, Saladas de Rúcula, Pepino e Maionese (L) Sobremesa: Canjica(L)	Arroz, Feijão, Iscas de frango, Parafuso ao molho de espinafre(L), Legumes assados, Saladas de Alface lisa, Pimentão e Milho Sobremesa: Melão	Arroz, Feijão, Picadinho de carne, Batatas laminadas, Beterraba refogada, Saladas de Repolho, Tomate e Brocolis Sobremesa: Gelatina	Arroz, Feijão, Espetinho de frango, Torta de liquidificador de milho, Couve refogada, Saladas de Alface americana, Cenoura e Ovo Sobremesa: Buffet de frutas	

L A N C H E T A R D E	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
“Buraco quente” (pão Frances com carne moída) Cream Craker Suco Natural Maçã	Meia lua de pizza (L) Bolacha Maisena Chá Laranja	Brusqueta e espetinho de frutas Suco Natural Banana	Mini pizza de frango Bolachão de mel Chá Maçã	Sanduíche natural de pão sírio Vitamina de Polpa (L) Laranja	

*Cardápio sujeito a alteração de acordo com a necessidade (qualidade do produto, entrega do fornecedor, etc.) e sem aviso prévio.

*O cardápio será adaptado para as crianças com alergias (mediante atestado médico e/ou nutricional).

*Todos os salgados são preparados em nossa cozinha (calzone, esfirra, pastel assado, pão de batata, pizza caseira, tortas). Os bolos também.

*Nossos sucos são feitos utilizando polpa congelada e mínima quantidade de açúcar.

*Todas as bolachas são sem recheio.

*O Café da manhã e o almoço são servidos em forma de Buffet. Os alunos se servem com orientação dos professores, que estimulam a variedade.