

## CARDÁPIO G1 E G2

### ESCOLA NOVA GERAÇÃO 2º SEMESTRE DE 2024

1ª SEMANA	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira
<b>LANCHE MANHÃ</b>	<p><b>Todos os dias será servido:</b> Pão Fatiado Branco/ ou Bisnaguinha, Pão Integral, Manteiga, Requeijão e Geleia de fruta s/ açúcar. Cookies de aveia.  <b>2 opções de bebida/ por dia, variando entre:</b> Iogurte de Fruta s/ açúcar, Chá s/ açúcar, Leite Aromatizado com baunilha, Suco natural s/ açúcar e Leite In Natura.            1 Opção de Fruta</p>				
<b>ALMOÇO</b>	Arroz branco/ feijão preto	Arroz/ Arroz integral/ feijão carioca	Arroz branco/ lentilha/ feijão preto	Arroz arroz/ feijão carioca	Arroz integral/ feijão preto
	Iscas de frango ao molho	Lombo suíno Assado	Almôndega ao molho sugo	Omelete assado	Carne de panela c/ batatas
	Macarrão parafuso	Farofa de ovos	Polenta cremosa	Risoto de frango	Legumes cozidos no vapor
	Salada verde, cenoura cozida e salada de pepino	Salada verde, beterraba e salada de brócolis	Salada verde, couve flor e vagem	Salada verde, salada de chuchu com milho e beterraba ralada	Salada verde, mix de legumes cozidos e salada de abobrinha
<b>LANCHE TARDE</b>	Pão fatiado c/ patê de frango	Bolo de Milho	Bisnaguinha c/ Queijo	Salgado de frango assado	Chipa
	Suco de frutas	Chá s/ açúcar	Suco de Fruta	Chá s/ açúcar	Iogurte de frutas s/ açúcar
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>SOPA</b>	Macarrão c/ molho vermelho	Sopa de feijão	Sopa de legumes	Arroz, feijão e carne	Sopa de Legumes c/ carne

2ª SEMANA	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira
LANCHE MANHÃ	<b>Todos os dias será servido:</b> Pão Fatiado Branco/ ou Bisnaguinha, Pão Integral, Manteiga, Requeijão e Geleia de fruta s/ açúcar. Cookies de aveia. <b>2 opções de bebida/ por dia, variando entre:</b> Iogurte de Fruta s/ açúcar, Chá, Leite Aromatizado com baunilha, Suco natural s/ açúcar e Leite In Natura. 1 Opção de Fruta				
ALMOÇO	Arroz branco/ feijão carioca	Arroz integral/feijão preto/ lentilha	Arroz branco/ feijão Carioca	Arroz integral/ feijão preto	Arroz branco/ feijão carioca
	Carne moída refogada c/ cenoura	Fricassê de Frango	Strogonoffe de carne	Sobrecoxa Assada	Iscas de tilápia
	Batata doce assada c/ ervas finas	Brócolis na Manteiga	Batata Rústica Assada	Farofa de Banana	Macarrão na Manteiga
	Salada verde, cenoura e chuchu c/ milho	Salada verde, grão de bico, salaba de tomate	Salada verde, beterraba e repolho	Salada verde, tomate e couve-flor	Salada verde, cenoura, abobrinha laminada
LANCHE TARDE	Croissant	Bisnaguinha c/ Requeijão	Bolo de Cenoura	Salgado Assado	Panqueca de Banana
	Chá s/ açúcar	Iogurte de fruta s/ Açúcar	Chá s/ açúcar	Suco de Fruta	Suco de Fruta
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
JANTAR	Arroz, Feijão e Carne	Sopa de Feijão c/ Beterraba	Polenta c/ Frango ao molho	Sopa de legumes	Canja

3ª SEMANA	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira
<b>LANCHE MANHÃ</b>	<b>Todos os dias será servido:</b> Pão Fatiado Branco/ ou Bisnaguinha, Pão Integral, Manteiga, Requeijão e Geleia de fruta s/ açúcar. Cookies de aveia. <b>2 opções de bebida/ por dia, variando entre:</b> Iogurte de Fruta s/ açúcar, Chá, Leite Aromatizado com baunilha, Suco natural s/ açúcar e Leite In Natura. 1 Opção de Fruta				
<b>ALMOÇO</b>	Arroz branco/ feijão preto	Arroz integral/ feijão carioca	Arroz branco/ feijão preto	Arroz integral/ feijão carioca	Arroz branco/ feijão preto/ lentilha
	Carne de Panela c/ Legumes	Frango ao molho	Iscas de Patinho grelhado	Coxinha de frango empanada	Lasanha à bolonhesa s/ presunto com legumes
	Purê de Batata	Polenta Cremosa	Mandioca assada c/ requeijão	Macarrão Espaguete (molho vermelho a parte)	Legumes Refogados
	Salada verde, tomate e cenoura cozida	Salada verde, beterraba e salada de feijão cavalo	Salada verde, brócolis cozido e cenoura ralada	Salada verde, salada de batata e pepino	Salada verde, salada de ovo e abobrinha
<b>LANCHE TARDE</b>	Bolo de cacau	Mini pizza de Queijo	Salgado de Frango Assado	Mini Pão Francês c/ ovos mexidos	Pão de Queijo
	Chá	Suco de Fruta	Chá	Suco de Frutas	Iogurte de Frutas
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Salada de Fruta
<b>JANTAR</b>	Sopa de legumes	Canja	Sopa de feijão c/ Legumes	Sopa de macarrão	Arroz, feijão e carne

4ª SEMANA	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira
<b>LANCHE MANHÃ</b>	<b>Todos os dias será servido:</b> Pão Fatiado Branco/ ou Bisnaguinha, Pão Integral, Manteiga, Requeijão e Geleia de fruta s/ açúcar. Cookies de aveia. <b>2 opções de bebida/ por dia, variando entre:</b> Iogurte de Fruta s/ açúcar, Chá, Leite Aromatizado com baunilha, Suco natural s/ açúcar e Leite In Natura. <b>1 Opção de Fruta</b>				
<b>ALMOÇO</b>	Arroz branco/ feijão preto	Arroz integral/feijão carioca	Arroz branco/ lentilha/ feijão preto	Arroz branco/ feijão carioca	Arroz branco/ feijão preto
	Linguiça de Frango Assada	Carne moída Refogada	Strogonoff de frango	Lombo suíno assado c/ abacaxi	Feijoada Magra c/ Legumes
	Macarrão parafuso colorido	Batata Soutê	Batata Rústica Assada/ Batata Palha	Kibebe	Farofa branca/ Couve Refogada
	Salada verde, cenoura ralada e vagem cozida	Salada verde, tomate e chuchu c/ milho	Salada verde, beterraba ralada e salada de brócolis cozido	Salada verde, grão de bico e salada de pepino	Salada verde, rúcula c/ manga e cenoura ralada
<b>LANCHE TARDE</b>	Pão de centeio c/ manteiga	Bolo de Fubá	Crepioca	Salgado Assado	Pão Fatiado c/ requeijão/ geleia s/ açúcar
	Suco de Frutas	Iogurte de Frutas	Chá	Suco de Fruta	Chá Branco
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>JANTAR</b>	Macarronada	Sopa de Batata	Sopa de feijão	Arroz, Feijão e Carninha	Sopa de legumes c/ macarrão

- Poderá ocorrer alteração/substituição de preparações sem aviso prévio, frente a sazonalidade, disponibilidade de mercado e/ou da aceitação dos alunos.
- Nossos fornecedores são inspecionados para garantir a qualidade da preparação final.
- Qualquer alergia ou intolerância alimentar, deve ser comunicado a nutricionista e/ou escola. **Para adequação do cardápio se faz necessário a apresentação do laudo médico.**
- Variedade de bolos de frutas: banana, laranja, maçã, coco. Variedade de água saborizada: abacaxi com hortelã, morango, frutas cítricas, melancia, etc.

NUTRICIONISTA - MARINA CAROLINA CRN 8 11.765