



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



**Semana I: de 07 a 11 de outubro de 2024**

**SEMANA ESPECIAL DA CRIANÇA – RECEITAS DAS FAMÍLIAS**

ITENS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>Salada Crua</b>	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate Fatiado	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate em Tiras	Mix de Alface/ Vinagrete
<b>Salada Cozida</b>	Brócolis Alho e Óleo	Ovos Cozidos	Legumes Cozidos	Banana da Terra Assada	Cenoura Cozida
<b>Arroz</b>	Branco	Arroz Branco de <b>Henrique Spínola 1ºA</b> Integral c/Cenoura	Branco Integral c/Couve	Branco	Branco Integral c/Chimichurri
<b>Feijão</b>	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto
<b>Guarnição</b>	Massa Parafuso Alho e Óleo c/Tomate Cereja e Queijo Ralado de <b>Augusto Ramos 1ºA</b>	Batata Sauté	Ovos Mexidos	Espaguete Alho e Óleo c/Molho Bolonhesa (à parte) de <b>Maria Tereza G5 e Pedro Zollinger 5ºA</b>	Feijão Trapeiro
<b>Prato Principal</b>	Almondegas de Carne c/Molho de Tomate	Filé de Frango à Parmegiana	Lasanha de Queijo e Presunto de <b>Theo Peterson 1ºB</b>	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	Espetinhos Carne/Frango
<b>Opção Grelhada</b>	Filé de Frango Acebolado	Cubos de Carne Grelhada c/Brócolis	Filé de Frango Grelhado c/Quiabo	Isca de Carne Grelhada c/Cenoura	Toscana Assada

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



## Semana II: de 14 a 18 de outubro de 2024

ITENS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Salada Crua	SEM AULA	SEM AULA	Mix de Alface/ Tomate Fatiado	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Vinagrete
Salada Cozida			Brócolis Alho e Óleo	Legumes Cozidos	Milho Verde
Arroz			Branco Integral c/Cenoura	Branco	Branco Integral c/Brócolis
Feijão			Preto	Carioquinha	Preto
Guarnição			Farofa de Cebola	Massa Espaguete Alho e Óleo	Banana da Terra Assada
Prato Principal			Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopado c/Batatas	Estrogonofe de Carne c/Batata Palha	Escondidinho de Aipim c/Carne do Sol
Opção Grelhada			Isca de Carne Grelhada c/Milho	Filé de Frango Grelhado c/Brócolis	Filé de Frango Grelhado c/Cenoura

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



<b>Semana III: de 21 a 25 de outubro de 2024</b>					
	<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>
<b>Salada Crua</b>	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate em Rodelas	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate em Tiras	Mix de Alface/ Tomate em Tiras
<b>Salada Cozida</b>	Cenoura Cozida	Beterraba Cozida c/Laranja	Ovos Cozidos c/Brócolis	Brócolis Alho e Óleo	Banana da Terra Assada
<b>Arroz</b>	Branco	Branco Integral c/Cenoura	Branco	Branco Integral c/Ervilha	Branco Integral c/Cenoura
<b>Feijão</b>	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto
<b>Guarnição</b>	Massa Espaguete Alho e Óleo c/Molho Branco (à parte)	Batata Corada c/Páprica Defumada	Lámen c/Molho Teriyaki	Farofa de Cebola	Vatapá (Com Camarão)
<b>Prato Principal</b>	Carne Moída Refogada	Lasanha de Frango	Bife de Panela c/Batatas	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	Filé de Peixe Assado ao Molho de Moqueca
<b>Opção Grelhada</b>	Filé de Frango Grelhado c/Brócolis	Cubos de Carne Acebolada	Isca de Frango Grelhado c/Cenoura	Isca de Carne Grelhada c/Quiabo	Cubos de Frango Grelhado c/Brócolis

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



<b>Semana IV: de 28 de outubro a 01 de novembro de 2024 – SEMANA DO HALLOWEEN</b>					
	<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>
<b>Salada Crua</b>	Mix de Alface / Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate em Rodela	Mix de Alface/ Tomate em Tiras	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate em Rodela
<b>Salada Cozida</b>	Brócolis Alho e Óleo	Banana da Terra Assada	Legumes Cozidos	<b>Saladas Decoradas do Halloween</b>	Couve c/Repolho Refogados
<b>Arroz</b>	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral c/Chimichurri	Branco	Branco Integral c/Milho	Branco Integral c/Cenoura
<b>Feijão</b>	Cariquinha	Preto	Cariquinha	Preto	Cariquinha
<b>Guarnição</b>	Ovos Mexidos	Cenoura e Brócolis Sauté	Massa Espaguete Alho e Óleo	Purê de Batatas	Farofa de Cebola
<b>Prato Principal</b>	Lasanha à Bolonhesa	Estrogonofe de Frango c/Batata Palha	Lombo Fatiado ao Molho c/Cenoura	Panqueca de Frango c/Molho de Tomate	Feijoada “Carioca”
<b>Opção Grelhada</b>	Isca de Frango Acebolado	Bife de Carne Grelhada c/Tomatinho	Cubos de Frango Grelhado c/Quiabo	Bife de Carne Grelhada c/Brócolis	Isca de Frango Acebolado

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE LANCHE FUNDAMENTAL

## ANCHIETINHA AQUARIUS



### Semana I: de 07 a 11 de outubro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Mini Bauru de Frango	Sequillo de Coco + Granola	Pão de Leite c/Queijo Mussarela	Bolo Caseiro Mesclado	Pizza de Assadeira de Queijo e Orégano
Suco (200 ml)	Suco de Polpa Opção: Fruta	logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta

### Semana II: de 14 a 18 de outubro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	SEM AULA	SEM AULA	Pão de Queijo BIG (1 und – 50g)	Mini Pastel de Forno de Frango	Bolo Caseiro de Laranja
Suco (200 ml)			logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	Yakult Opção: Fruta

### Semana III: de 21 a 25 de outubro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Mini Enroladinho de Frango	Bolo Caseiro Formigueiro	Waffle	Sanduíche Natural de Frango	Pão de Queijo (Coquetel)
Suco (200 ml)	Suco de Polpa Opção: Fruta	Yakult Opção: Fruta	logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta

### Semana IV: de 28 de outubro a 01 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Banana da Terra Chips	Pão de Leite c/Requeijão	Pão Delícia (s/Recheio)	Bolo Caseiro de Cenoura	Crepe Suíço de Queijo
Suco (200 ml)	logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta

- ❖ Preparações contendo ovo, leite e glúten serão substituídas para crianças cujas famílias indicaram alergia a esses componentes.
- ❖ Cardápio sujeito à alterações.



# CARDÁPIO DE LANCHE INFANTIL – G3 ao G5



## ANCHIÉTINHA AQUARIUS

### Semana I: de 07 a 11 de outubro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Mini Bauru de Frango	Banana da Terra Chips	Pão de Leite c/Queijo Mussarela	Bolo Caseiro Mesclado	Pizza de Assadeira de Queijo e Orégano
Suco (200 ml)	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta

### Semana II: de 14 a 18 de outubro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	SEM AULA	SEM AULA	Pão de Queijo BIG (1 und – 50g)	Mini Pastel de Forno de Frango	Bolo Caseiro de Laranja
Suco (200 ml)			logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta

### Semana III: de 21 a 25 de outubro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Pão de Queijo (Coquetel)	Bolo Caseiro Formigueiro	Beiju de Coco	Sanduíche Natural de Frango	Cookie Caseiro de Aveia e Granola
Suco (200 ml)	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta

### Semana IV: de 28 de outubro a 01 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Banana da Terra Chips	Pão de Leite c/Requeijão	Pão Delícia (s/Recheio)	Bolo Caseiro de Cenoura	Crepe Suíço de Queijo
Suco (200 ml)	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta

- ❖ Preparações contendo ovo, leite e glúten serão substituídas para crianças cujas famílias indicaram alergia a esses componentes.
- ❖ Cardápio sujeito à alterações.