



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



## Semana I: de 04 a 08 de novembro de 2024

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>	Seleta de Legumes	Ovos Cozidos	Brócolis Alho e Óleo	Milho Verde	Beterraba c/Laranja
<b>Arroz</b>	Branco	Branco Integral c/Cenoura e Brócolis	Branco Integral c/Cenoura	Branco	Branco Integral c/Salsa
<b>Feijão</b>	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha
<b>Guarnição</b>	Massa Espaguete Alho e Óleo	Farofa de Cebola	Purê de Batatas	Massa Parafuso Alho e Óleo	Pirão / Legumes do Cozido
<b>Prato Principal</b>	Almondegas de Carne c/Molho de Tomate	Lasanha de Frango	Peixe Assado ao Leite de Coco	Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopado c/Batatas	Cozido (Carnes)
<b>Opção Grelhada</b>	Cubos de Frango Grelhado c/Cenoura	Bife de Carne Grelhado c/Vagem	Filé de Frango Grelhado c/Quiabo	Isca de Carne Grelhada c/Brócolis	Isca de Frango Acebolado

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



## Semana II: de 11 a 15 de novembro de 2024

ITENS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>Salada Crua</b>	Mix de Alface/ Tomate em Rodelas	Mix de Alface/ Fradinho à Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate Fatiado	Mix de Alface/ Vinagrete	<b>FERIADO</b> <b>Proclamação</b> <b>da República</b>
<b>Salada Cozida</b>	Couve Alho e Óleo	Banana da Terra Assada	Ovos Cozidos	Cubos de Batata Assada	
<b>Arroz</b>	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral c/Milho	Branco	Branco Integral c/Brócolis	
<b>Feijão</b>	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	
<b>Guarnição</b>	Purê de Batatas	Legumes Sauté	Massa Espaguete Alho e Óleo	Farofa de Cebola	
<b>Prato Principal</b>	Filé de Frango à Parmegiana	Escondidinho de Batata c/Carne do Sol	Estrogonofe de Frango c/Batata Palha	Lasanha Bolonesa	
<b>Opção Grelhada</b>	Isca de Carne Grelhada c/Brócolis	Filé de Frango Grelhado c/Cenoura	Bife de Carne Grelhada c/Ervilhas	Isca de Frango Grelhado c/Cenoura	

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



Semana III: de 18 a 22 de novembro de 2024 – SEMANA DA CONSCIÊNCIA NEGRA					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>Salada Crua</b>	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate em Rodelas	<b>FERIADO Consciência Negra</b>	Mix de Alface/ Tomate em Tiras	Mix de Alface/ Tomate em Tiras
<b>Salada Cozida</b>	Ovos Cozidos c/Molho Rosé	Legumes Sauté		Banana da Terra Assada	Abóbora Refogada c/Milho
<b>Arroz</b>	Branco	Branco Integral c/Couve		Branco Integral c/Chimichurri	Branco
<b>Feijão</b>	Carioquinha	Preto		Carioquinha	Preto
<b>Guarnição</b>	Massa Espaguete Alho e Óleo	Farofa de Cebola		Caruru c/Camarão/ Vatapá c/camarão/ Farofa de Cebola	Lámen ao Molho Teriyaki c/Cenoura e Brócolis
<b>Prato Principal</b>	Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopado c/Batatas	Rocambole de Batata c/Carne e Molho de Tomate		Peixe Assado ao Molho de Moqueca	Carne de Panela c/Batatas
<b>Opção Grelhada</b>	Bife de Carne Grelhada c/Cenoura	Filé de Frango Grelhado c/vagem		Isca de Frango Acebolado	Cubos de Frango Grelhado c/Quiabo

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE ALMOÇO ANCHIETINHA AQUARIUS



<b>Semana IV: de 25 a 29 de novembro de 2024 – SEMANA DE AÇÃO DE GRAÇAS</b>					
	<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA THANKGIVING</b>	<b>SEXTA</b>
<b>Salada Crua</b>	Mix de Alface/ Vinagrete	Mix de Alface/ Tomate em Tiras	Mix de Alface/ Vinagrete	<b>Alface Crespa/ Tomate Cereja c/Queijo no Palito</b>	Mix de Alface/ Vinagrete
<b>Salada Cozida</b>	Brócolis Alho e Óleo	Cenoura Refogada c/Milho	Couve Alho e Óleo c/Laranja	<b>Salpicão de Legumes</b>	Ovos Cozidos c/Brócolis
<b>Arroz</b>	Branco	Branco Integral c/Milho	Branco Integral c/Cenoura	<b>Branco Integral à Grega</b>	Branco
<b>Feijão</b>	Carioquinha	Preto	Carioquinha	<b>Preto</b>	Carioquinha
<b>Guarnição</b>	Massa Espaguete Alho e Óleo	Purê de Batatas	Farofa de Cebola	<b>Quibe de Forno de Cenoura c/Queijo</b>	Massa Penne Alho e Óleo
<b>Prato Principal</b>	Estrogonofe de Carne c/Batata Palha	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	Feijoada “Carioca (Feijão Preto)	<b>Peru Decorado</b>	Lombo Fatiado ao Molho
<b>Opção Grelhada</b>	Filé de Frango Grelhado c/Cenoura	Isca de Carne Grelhada c/Brócolis	Isca de Frango Acebolado	<b>Bife de Carne c/Molho Madeira e Champignon</b>	Cubos de Frango Grelhado c/Cenoura

**\*Cardápio Sujeito a alterações!**



# CARDÁPIO DE LANCHE FUNDAMENTAL

## ANCHIETINHA AQUARIUS



### Semana I: de 04 a 08 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Pão Delícia (s/Recheio)	Mini Bauru de Frango	Sanduíche Natural de Frango	Waffle	Bolo Caseiro Mesclado
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

### Semana II: de 11 a 15 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Pão de Queijo Coquetel	Bolo Caseiro de Formigueiro	Pão de Leite c/Requeijão	Mini Pastel de Forno de Frango	<b>FERIADO</b> <b>Proclamação de República</b>
Suco (200 ml)	logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	

### Semana III: de 18 a 22 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Mini Enroladinho de Frango	Pizza de Assadeira de Queijo c/Orégano	<b>FERIADO</b> <b>Consciência Negra</b>	Crepe Suíço de Queijo	Bolo Caseiro de Cenoura c/Calda
Suco (200 ml)	Suco de Polpa Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta		logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta

### Semana IV: de 25 a 29 de novembro de 2024 – SEMANA DE AÇÃO DE GRAÇAS - THANKSGIVING

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Pipoca Caseira Salgada	Waffle	Pão de Queijo BIG	<b>Mini Bolo de Pote de Laranja c/Frutas</b>	Mini Coxinha de Forno de Frango
Suco (200 ml)	logurte de Morango Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	Suco de Polpa Opção: Fruta	logurte de Morango 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

## ANCHIETINHA AQUARIUS



### Semana I: de 04 a 08 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Pão Delícia (s/Recheio)	Mini Bauru de Frango	Sanduíche Natural de Frango	Waffle	Bolo Caseiro Mesclado
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

### Semana II: de 11 a 15 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Pão de Queijo Coquetel	Bolo Caseiro de Formigueiro	Pão de Leite c/Requeijão	Cookie Caseiro de Granola	<b>FERIADO</b> <b>Proclamação de República</b>
Suco (200 ml)	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <b>Opção:</b> Fruta	

### Semana III: de 18 a 22 de novembro de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Mini Enroladinho de Frango	Pizza de Assadeira de Queijo c/Orégano	<b>FERIADO</b> <b>Consciência Negra</b>	Crepe Suíço de Queijo	Bolo Caseiro de Cenoura
Suco (200 ml)	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

### Semana IV: de 25 a 29 de novembro de 2024 – SEMANA DE AÇÃO DE GRAÇAS - THANKSGIVING

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche	Chips de Banana da Terra	Waffle	Pão de Queijo BIG	<b>Mini Bolo de Pote de Laranja c/Frutas</b>	Mini Coxinha de Forno de Frango
Suco (200 ml)	logurte de Morango <b>Opção:</b> Fruta	Suco de Polpa <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

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