



CENTRO EDUCACIONAL JOÃO PAULO I

CARDÁPIO SEMANAL

DATA	ALMOÇO	Lanche Integral
2ª Feira 12/08	Saladas: alface, tomate, beterraba Arroz e Feijão Filet de Frango Grelhado Creme de milho <i>Opção: Ovos Mexidos</i> Suco, Sobremesa: Melão	Pão de Queijo Requeijão Laranja Suco
3ª Feira 13/08	Saladas: alface, tomate, escarola Arroz e Feijão Carne Assada ao vinagrete Fritada de Legumes <i>Opção :Cubos de Frango Grelhado</i> Suco, Sobremesa: Bolo de cenoura	Minipão Francês Frios Uva Suco
4ª Feira 14/08	Saladas: alface, tomate, chuchu Arroz e Feijão Preto Pernil ao molho de laranja Couve à mineira <i>Opção: Iscas de Carne Grelhada</i> Suco, Sobremesa: Mamão	Esfíhas Carne ou Queijo Melão Suco
5ª Feira 15/08	Saladas: alface, tomate, cenoura Arroz e Feijão Cubos de Frango Grelhado Batata ao Parmesão <i>Opção: Omelete de Queijo</i> Suco, Sobremesa: Arroz Doce	Pão de Leite Requeijão Maçã Suco
6ª Feira 16/08	Saladas: alface, tomate, pepino Arroz e Feijão Yakissoba de Carne e Frango <i>Opção: Filet de Frango Grelhado</i> Suco, Sobremesa: Melancia	Pizza Melancia Suco

Cardápio sujeito a alterações

Sobremesa :diariamente opção de banana e maçã