



Cardápio Uschool 06 a 10 de Outubro

	Segunda 06/10	Terça 07/10	Quarta 08/10	Quinta 09/10	Sexta 10/10
Prato principal	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	Picadinho de carne	Parmegiana de hambúrguer	Sobrecoxa assada	Feijoada	Lagarto ao molho madeira
	Batata rústica	Batata palha	Creme de milho	Couve refogada / Farofa	Bolinho de arroz
Opção	Filé de frango	Ovo frito	Ovo cozido	Isca de frango	Omelete
Salada	Alface, tomate, pepino e cenoura	Alface, tomate, pepino e cenoura	Alface, tomate, pepino e salada de batata	Alface, vinagrete, pepino e cenoura	Alface, tomate, pepino e cenoura
Sobremesa	Banana	Abacaxi	Maçã	Salada de fruta	Melão
Suco	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de uva	Suco de laranja	Suco de limão	Suco de goiaba

Cardápio feito pela nutricionista: **Thamires Barboza Mauch Mendes CRN: 71260**



Cardápio Uschool 13 a 17 de Outubro

	Segunda 13/10	Terça 14/10	Quarta 15/10	Quinta 16/10	Sexta 17/10
Prato principal	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca
	Linguiça assada	Nhoque Molho pomodoro	Strogonoff de carne	Tilápia grelhada	Parmegiana de frango
	Farofa Banana assada	Carne moída	Batata palha	Batata assada	Mandioquinha alho e óleo
Opção	Filé de frango	Isca de frango	Omelete	Filé de frango	Ovo frito
Salada	Alface, tomate, cenoura e pepino	Alface, tomate, pepino e salada de macarrão	Alface, tomate, cenoura e ervilha	Alface, tomate, cenoura e ervilha	Alface, tomate, pepino e cenoura
Sobremesa	Maçã	Sorvete	Sorvete	Melão com kiwi	Uva
Suco	Suco de maracujá	Suco de morango	Suco de limão	Suco de uva	Suco de abacaxi com hortelã

Cardápio feito pela nutricionista: **Thamires Barboza Mauch Mendes** CRN: 71260



Cardápio Uschool 20 a 24 de outubro

	Segunda 20/10	Terça 21/10	Quarta 22/10	Quinta 23/10	Sexta 24/10
Prato principal	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca
	Carne moída Massa do dia	Strogonoff carne	Feijoada	Fricassê de frango	Pernil assado
	molho pomodoro molho branco	Batata palha	Farofa Couve refogada	Abobrinha no vapor	Farofa colorida Cenoura no vapor
	Chuchu gratinado				
Opção	Isca de frango	Ovo cozido	Isca de frango	Ovo frito	Filé de frango
Salada	Alface, tomate, pepino e beterraba	Alface, tomate, cenoura e milho	Alface, tomate, cenoura e beterraba	Alface, tomate, cenoura e salada de macarrão	Alface, tomate pepino e cenoura
Sobremesa	Banana	Salada de frutas	Banana	Abacaxi	Melancia
Suco	Suco de melancia	Suco de maracujá com morango	Suco de limão	Suco de acerola	Suco de cajú

Cardápio feito pela nutricionista: **Thamires Barboza Mauch Mendes** CRN: 71260



Cardápio Uschool 27 a 31 de Outubro

	Segunda 27/10	Terça 28/10	Quarta 29/10	Quinta 30/10	Sexta 31/10
Prato principal	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca
	Strogonoff de frango	Panqueca de carne	Picadinho de carne	Costelinha suína assada	Sobrecoxa assada
	Batata palha	Batata sauté	Abobrinha refogada	Couve refogada Farofa de banana	Creme de milho Bolinho de batata
Opção	Omelete	Ovo cozido	Isca de frango	Isca de frango	Ovo frito
Salada	Alface, tomate, pepino e beterraba	Alface, tomate, cenoura e grão de bico	Alface, tomate, cenoura e beterraba	Alface, tomate, cenoura e ervilha	Alface, tomate pepino e cenoura
Sobremesa	Melão	Banana	Salada de fruta	Melancia	Maçã
Suco	Suco de limão	Suco de morango	Suco de uva	Suco de maracujá	Suco de acerola

Cardápio feito pela nutricionista: **Thamires Barboza Mauch Mendes** CRN: 71260