

SNACK MENU

Our menu may vary in harmony with the availability and seasonality of the finest ingredients. *Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e a sazonalidade dos produtos.*

 **Vegetariano (não contém carne)**  **Sem Glútem, Ovo ou Lactose**

Semana de 3 de Novembro

Segunda - Feira

Manhã

Maçã, Bolo de laranja e tomate grape. 

Restrição: Bolo de laranja.   

Tarde (PYP 1 - PYP 4)

Pãozinho de tapioca, melão e água de coco. 

Restrição: Rice cracker.   

Terça - Feira

Manhã

Banana, mini francês com patê de frango, ameixa seca sem caroço e suco de fruta.

Restrição: Mini pão multigrão.   

Tarde (PYP 1 - PYP 4)

Biscoito de parmesão caseiro e manga. 

Restrição: Torradas veganas.   

Quarta - Feira

Manhã

Não haverá.

Tarde (PYP 1 - PYP 4)

Não haverá.

Quinta - Feira

Manhã

Maçã, Pão de queijo, pepino palito e suco de fruta. 

Restrição: Mini pão de batata.   

Tarde (PYP 1 - PYP 4)

Muffin de espinafre e abacaxi. 

Restrição: Snack de milho com ervas.   

Sexta - Feira

Manhã

Pera, Cookies de aveia sem açúcar e queijo branco no copinho. 

Restrição: Cookies veganos de baunilha.   

Tarde (PYP 1 - PYP 4)

Biscoito de polvilho e mix de frutas. 

Restrição: Biscoito de polvilho.   

LUNCH MENU

Arroz, arroz integral, feijão, vinagrete, molhos variados para salada, água mineral serão servidos todos os dias. *Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e a sazonalidade dos produtos.*

 **Vegetariano (não contém carne)**  **Sem Glútem, Ovo ou Lactose**

Semana de 3 de Novembro

Segunda - Feira

EARLY YEARS

Salada

Salada de alface, tomate picado e pepino. 

Prato Principal

Tiras de filé mignon grelhadas.

Souflê de queijo. 

Restrição: Omelete simples.   

Beterraba na salsa. 

Sobremesas

Melancia. 

Banana. 

PRIMARY & SECONDARY

Salada

Alface crespa e Tomate. 

Agrião, moyashi, cogumelo Paris e atum.

Florzinhas de pepino. 

Prato Principal

Escalope de filé mignon.

Souflê de queijo. 

Restrição: Omelete simples.   

Beterraba na salsa. 

Sobremesas

Melancia. 

Banana. 

Bebidas

Água saborizada.

Terça - Feira

EARLY YEARS

Salada

Salada de alface, tomate picado e couve flor. 

Prato Principal

Cubos de frango grelhados.

Mousseline de mandioquinha. 

Restrição: Mousseline de mandioquinha sem lactose.   

Repolho na salsa. 

Sobremesas

Abacaxi. 

Ameixa. 

PRIMARY & SECONDARY

Salada

Rúcula e Tomate. 

Alface lisa, carne assada, salsão e cebola roxa.

Enfornado de alho poró. 

Prato Principal

Cubos de frango grelhados.

Mousseline de mandioquinha. 

Restrição: Mousseline de mandioquinha sem lactose.   

Repolho na salsa. 

Sobremesas

Abacaxi. 

Ameixa. 

Bebidas

Suco de fruta.

Quarta - Feira

EARLY YEARS

Salada

Não haverá.

Prato Principal

Não haverá.

Sobremesas

Não haverá.

PRIMARY & SECONDARY

Salada

Alface americana e Tomate. 

Rúcula, aspargos, azeitonas verdes e tomate seco. 

Bifun, omelete, pepino japonês ralado e cebolinha. 

Prato Principal

Salmão grelhado.

Legumes assados (batata, cenoura e vagem).   

Kibe de berinjela. 

Sobremesas

Torta úmida de coco. 

Uva roxa. 

Bebidas

Água saborizada. 

Quinta - Feira

EARLY YEARS

Salada

Salada de alface, tomate picado e cenoura. 

Prato Principal

Drumet de frango assado.

Macarrão parafuso ao sugo. 

Restrição: Macarrão sem glúten.   

Ervilhas ao champignon. 

Sobremesas

Melão. 

Nêspera. 

PRIMARY & SECONDARY

Salada

Agrião e Tomate. 

Alface crespa, crespa roxa, queijo coalho e abóbora. 

Feijão branco, tomate picado, cebola e azeitonas pretas. 

Prato Principal

Frango assado.

Macarrão parafuso ao sugo. 

Restrição: Macarrão sem glúten.   

Ervilhas ao champignon. 

Sobremesas

Melão. 

Nêspera. 

Bebidas

Suco de fruta.

Sexta - Feira

EARLY YEARS

Salada

Salada de alface, tomate picado e couve flor. 

Prato Principal

Carne moída.  

Brócolis no vapor. 

Bolinho de quinoa com ervas. 

Sobremesas

Pavê 3 leites. 

Maçã. 

PRIMARY & SECONDARY

Salada

Acelga e Tomate. 

Mix de folhas, tomate grape, mini milho e alcaparras. 

Espaguete de pupunha ao pesto. 

Prato Principal

Panqueca de carne.

Restrição: Carne moída.  

Brócolis no vapor. 

Bolinho de quinoa com ervas. 

Sobremesas

Pavê 3 leites. 

Maçã.

Bebidas

Água saborizada.