

# Almoço Maio 2022

|    |                                                                                                                                                               |    |                                                                                                                                                                          |    |                                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                                            |    |                                                                                                                                                                         |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 02 | Omelete de Chapa<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Brócolis no Vapor<br>Alface/Tomate/Cenoura<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 03 | Frango Assado<br>Opção: Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Macarrão ao alho e azeite<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural                       | 04 | Copa Lombo Assado<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral<br>Feijão Preto<br>Farofa<br>Alface/Tomate/Feijão branco<br>Fruta da Época<br>Suco Natural   | 05 | Frango Grelhado<br>Opção: Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Couve Refogada<br>Alface/Tomate/Beterraba Cozida<br>Fruta da Época<br>Suco Natural                        | 06 | Peixe Grelhado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Chuchu Refogado<br>Alface/Tomate/Ervilha<br>Gelatina Caseira<br>Suco Natural             |
| 09 | Frango Ensopado<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Farofa<br>Alface/Tomate/Cenoura<br>Fruta da Época<br>Suco Natural            | 10 | Carne Assada<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Legumes<br>Alface/Tomate/Beterraba<br>Fruta da Época<br>Suco Natural                       | 11 | Isas de Frango Acebolada<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata Corada<br>Alface/Tomate/Ervilha<br>Fruta da Época<br>Suco Natural    | 12 | Carne Moída Refogada<br>Opção: Filé de Frango/ Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Espaguete ao alho e azeite<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 13 | Filé Mignon Grelhado<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Risoto de Palmito<br>Alface/Tomate/Mandioquinha<br>Creme de Limão<br>Suco Natural |
| 16 | Bisteca suína<br>Opção: Filé de Frango / Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Farofa simples<br>Alface/Tomate/Cenoura<br>Fruta da Época<br>Suco Natural     | 17 | Cubos de Frango Grelhado<br>Opção: Ovo Frito ou Mexido<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata corada<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural        | 18 | Carne Moída com Legumes<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Espaguete ao sugo<br>Alface/Tomate/Brócolis<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 19 | Filé de frango ao molho<br>Opção: Frango grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Cenoura Baby<br>Alface/Tomate/Soja temperada<br>Fruta da Época<br>Suco Natural    | 20 | Filé de Peixe Grelhado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Legumes<br>Alface/Tomate/Tabule<br>Sagu de Uva<br>Suco Natural                   |
| 23 | Estrogonofe de Frango<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata-palha<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural  | 24 | Copa lombo ao molho de ervas<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Farofa rica<br>Alface/Tomate/Grão-de-bico<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 25 | Lasanha à Bolonhesa<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Brócolis no Vapor<br>Alface/Tomate/Cenoura<br>Fruta da Época<br>Suco Natural      | 26 | Carne Assada<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Couve Refogada<br>Alface/Tomate/Beterraba<br>Fruta da Época<br>Suco Natural                   | 27 | Filé de Peixe Empanado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Legumes<br>Alface/Tomate/Chuchu<br>Gelatina<br>Suco Natural                      |
| 30 | Fritada de Legumes<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Purê de Batatas<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural  | 31 | Frango Assado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Cenoura refogada<br>Alface/Tomate/Soja ao vinagre<br>Fruta da Época<br>Suco Natural        |    |                                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                                            |    |                                                                                                                                                                         |

Obs.: Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio. Qualquer dúvida sugerir, entre em contato com a GRSA.

Obs.: Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio. Qualquer dúvida ou sugestão, entre em contato com GRSA.  
Fone: (11) 5081-8434 - unop9506@grsa.com.br

# Lanche Livre Maio 2022

## Infantil a 1º Ano do Fundamental

|    |                                                                                     |    |                                                                                   |    |                                                                            |    |                                                                                            |    |                                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 02 | LARANJA<br>PÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO COM MANTEIGA<br>SUCO NATURAL                 | 03 | UVA<br>PÃO DE LEITE COM MANTEIGA<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS<br>SUCO NATURAL            | 04 | MELÃO<br>BOLO INTEGRAL<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>IOGURTE DE MORANGO              | 05 | MAÇÃ<br>PÃO FRANCÊS COM REQUIJÃO<br>OPÇÃO: POLVILHO<br>SUCO NATURAL                        | 06 | ESFIHA DE FRANGO<br>OPÇÃO: PÃO DE LEITE COM<br>MANTEIGA<br>SUCO NATURAL           |
| 09 | MELANCIA<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM<br>MANTEIGA<br>SUCO NATURAL | 10 | BANANA<br>PÃO FRANCÊS COM QUEIJO<br>OPÇÃO: TORRADA CASEIRA<br>SUCO NATURAL        | 11 | CENOURA BABY<br>BOLO DE MAÇÃ<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>SUCO NATURAL              | 12 | LARANJA<br>PÃO COM PATÊ<br>OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO<br>SUCO NATURAL                     | 13 | MAÇÃ<br>BISNAGUINHA COM MANTEIGA<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>SUCO NATURAL                 |
| 16 | MELÃO<br>PÃO DE BATATA COM<br>REQUEIJÃO<br>OPÇÃO: MILHO COZIDO<br>SUCO NATURAL      | 17 | MAMÃO<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: TORRADINHA TEMPERADA<br>SUCO NATURAL         | 18 | MAÇÃ<br>PÃO FRANCÊS COM QUEIJO<br>OPÇÃO: BISCOITO POLVILHO<br>SUCO NATURAL | 19 | BANANA<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO DE FORMA COM<br>REQUEIJÃO<br>SUCO NATURAL  | 20 | LARANJA<br>FOGAZZA DE PIZZA<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM<br>MANTEIGA<br>SUCO NATURAL |
| 23 | MAÇÃ<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA<br>SUCO NATURAL        | 24 | MELÃO<br>PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO<br>OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO<br>SUCO NATURAL | 25 | UVA<br>BOLO ARTESANAL<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>LEITE FERMENTADO                 | 26 | BANANA<br>PÃO DE LEITE COM MANTEIGA<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM<br>REQUEIJÃO<br>SUCO NATURAL | 27 | MELANCIA<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO<br>OPÇÃO: TORRADA CASEIRA<br>SUCO NATURAL     |
| 30 | MANGA<br>PÃO DE BATATA RECHEADO<br>OPÇÃO: PÃO COM REQUIJÃO<br>SUCO NATURAL          | 31 | MAMÃO<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: TORRADA CASEIRA<br>SUCO NATURAL              |    |                                                                            |    |                                                                                            |    |                                                                                   |

Obs.: Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio. Qualquer dúvida, consulte o responsável em

Obs.: Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio. Qualquer dúvida ou sugestão, entre em contato com GRSA. Fone: (11) 5081-8434 - unop9506@grsa.com.br

# Lanche Junior Maio 2022

## 2º a 5º Ano do Fundamental

02

LARANJA  
PÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

03

UVA  
PÃO DE LEITE COM MANTEIGA  
SUCO NATURAL

04

MELÃO  
BOLO E PIPOCA  
ÁGUA DE COCO

05

MAÇÃ  
PÃO DE BATATA  
SUCO NATURAL

06

BANANA  
ESFIHA DE FRANGO  
SUCO NATURAL

09

MELANCIA  
MINIPÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

10

PERA  
ESFIHA DE CARNE  
SUCO NATURAL

11

PIPOCA  
BOLO ARTESANAL  
SUCO NATURAL

12

LARANJA  
PÃO FRANCÊS COM QUEIJO BRANCO  
SUCO NATURAL

13

MELANCIA  
PÃO DE LEITE COM MANTEIGA  
SUCO NATURAL

16

MELÃO  
PÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

17

MAMÃO  
PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA  
SUCO NATURAL

18

MAÇÃ  
BISCOITO DE POLVILHO  
IOGURTE DE MORANGO

19

BANANA  
PÃO DE LEITE COM QUEIJO  
SUCO NATURAL

20

LARANJA  
MINIPIZZA DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

23

MAÇÃ  
PÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

24

BANANA  
BISCOITO DE POLVILHO  
LEITE COM CACAU

25

PIPOCA  
BOLO SIMPLES  
LEITE FERMENTADO

26

UVA  
FOGAZZA DE PIZZA  
SUCO NATURAL

27

MELANCIA  
PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO  
SUCO NATURAL

30

MANGA  
ESFIHA DE FRANGO  
SUCO NATURAL

31

MAMÃO  
QUIBE ASSADO  
SUCO NATURAL

Obs.: Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio. Qualquer dúvida ou sugestão, entre em contato com GRSA.  
Fone: (11) 5081-8434 - unop9506@grsa.com.br

# Lanche Teen Maio 2022

## 6° a 9° Ano do Fundamental

02

LARANJA  
PÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

03

UVA  
PÃO DE LEITE COM MANTEIGA  
SUCO NATURAL

04

MELÃO  
BOLO E PIPOCA  
ÁGUA DE COCO

05

MAÇÃ  
PÃO DE BATATA  
SUCO NATURAL

06

BANANA  
ESFIHA DE FRANGO  
SUCO NATURAL

09

MELANCIA  
MINIPÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

10

PERA  
ESFIHA DE CARNE  
SUCO NATURAL

11

PIPOCA  
BOLO ARTESANAL  
SUCO NATURAL

12

LARANJA  
PÃO FRANCÊS COM QUEIJO BRANCO  
SUCO NATURAL

13

MELANCIA  
PÃO DE LEITE COM MANTEIGA  
SUCO NATURAL

16

MELÃO  
PÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

17

MAMÃO  
PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA  
SUCO NATURAL

18

MAÇÃ  
BISCOITO DE POLVILHO  
LEITE COM CACAU

19

BANANA  
PÃO DE LEITE COM QUEIJO  
IOGURTE DE MORANGO

20

LARANJA  
MINIPIZZA DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

23

MAÇÃ  
PÃO DE QUEIJO  
SUCO NATURAL

24

UVA  
BISCOITO DE POLVILHO  
SUCO NATURAL

25

PIPOCA  
BOLO SIMPLES  
LEITE FERMENTADO

26

BANANA  
FOGAZZA DE PIZZA  
SUCO NATURAL

27

MELANCIA  
PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO  
SUCO NATURAL

30

MANGA  
ESFIHA DE FRANGO  
SUCO NATURAL

31

MAMÃO  
QUIBE ASSADO  
SUCO NATURAL

Obs.: Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio. Qualquer dúvida ou sugestão, entre em contato com GRSA.  
Fone: (11) 5081-8434 - unop9506@grsa.com.br