# Almoço Agosto 2023

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | 01<br>Estrogonofe de Frango<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata-palha<br>Alface/Tomate/Cenoura<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 02<br>Iscas Aceboladas de Carne<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Yakissoba<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 03<br>Carne Assada<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Couve Refogada<br>Alface/Tomate/Beterraba Cozida<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 04<br>Filé Grelhado de Peixe<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata corada<br>Alface /Tomate/Chuchu refogado<br>Gelatina Caseira de Fruta<br>Suco Natural |
| 07<br>Bisteca Suína Assada<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Farofa Simples<br>Alface/Tomate/Cenoura<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 08<br>Cubos de Carne ao Molho<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Polenta<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 09<br>Lasanha à Bolonhesa<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Cenoura refogada<br>Alface/Tomate/Berinjela<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 10<br>Filé Grelhado de Frango<br>Opção: Ovo Frito ou Mexido<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Couve refogada<br>Alface/Tomate/Beterraba<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 11<br>Filé de Peixe Assado<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata sauté<br>Alface/Tomate/Chuchu<br>Sagu de Uva<br>Suco Natural |
| 14<br>Estrogonofe de Carne<br>Opção: Ovo Frito ou Mexido<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata-palha<br>Alface/Tomate/Brócolis<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 15<br>Carne assada<br>Opção: Ovo Frito ou Mexido<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata corada<br>Alface/Tomate/Berinjela<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 16<br>Feijoada<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Couve refogada<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 17<br>Filé de frango<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Macarrão ao Alho e Azeite<br>Alface/Tomate/Beterraba<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 18<br>Carne Moída Refogada<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Nhoque ao Sugo<br>Alface/Tomate/Chuchu<br>Gelatina Caseira<br>Suco Natural |
| 21<br>Copa Lombo ao Molho de Limão<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 | 22<br>Filé de Sobrecoxa Assado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Espaguete ao sugo<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 23<br>Bife Grelhado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata Corada<br>Alface/Tomate/Berinjela<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 24<br>Iscas de Frango Grelhado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Yakissoba<br>Alface/Tomate/Soja temperada<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 25<br>Salmão grelhado<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata corada<br>Alface/Tomate/Chuchu<br>Sagu de Morango<br>Suco Natural |
| 28<br>Copa Lombo ao Molho de Limão<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Farofa Simples<br>Alface/Tomate/Grão-de-bico<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 29<br>Estrogonofe de Frango<br>Opção: Frango Grelhado/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Batata-palha<br>Alface/Tomate/Cenoura<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 30<br>Escalope ao Molho<br>Opção: Filé de Frango/Ovo<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Macarrão ao Alho e Azeite<br>Alface/Tomate/Pepino<br>Fruta da Época<br>Suco Natural | 31<br>Filé de Frango Grelhado<br>Opção: Ovo Frito ou Mexido<br>Arroz Branco/Integral/Feijão<br>Couve refogada<br>Alface/Tomate/Beterraba<br>Doce de fruta<br>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 Livre Agosto 2023
# Infantil a 1º Ano do Fundamental

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | 01<br>UVA<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA<br>SUCO NATURAL | 02<br>MAÇÃ<br>PÃO DE FORMA COM PATÊ DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO<br>SUCO NATURAL | 03<br>BANANA<br>PÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: TORRADA CASEIRA<br>IOGURTE DE MORANGO | 04<br>MAMÃO<br>BOLO CASEIRO<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>SUCO NATURAL |
| 07<br>MANGA<br>PÃO COM QUEIJO<br>OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO<br>LEITE COM CACAU | 08<br>BANANA<br>PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO<br>OPÇÃO: BISCOITO MAISENA<br>SUCO NATURAL | 09<br>MELANCIA<br>BOLO DE MAÇÃ<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>SUCO NATURAL | 10<br>MELÃO<br>PÃO COM PEITO DE PERU E QUEIJO BRANCO<br>OPÇÃO: TORRADA CASEIRA<br>SUCO NATURAL | 11<br>MAÇÃ<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA<br>SUCO NATURAL |
| 14<br>MAÇÃ<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO COM MANTEIGA<br>SUCO NATURAL | 15<br>LARANJA<br>MISTO FRIO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA<br>SUCO NATURAL | 16<br>ABACAXI<br>FOGAZZA<br>OPÇÃO: BISCOITO MAISENA<br>SUCO NATURAL | 17<br>BANANA<br>BOLO CASEIRO<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>SUCO NATURAL | 18<br>MELANCIA<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO<br>OPÇÃO: TORRADINHA TEMPERADA<br>SUCO NATURAL |
| 21<br>MELANCIA<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA<br>IOGURTE DE MORANGO | 22<br>MELÃO<br>PÃO DE FORMA COM FRIOS<br>OPÇÃO: BICOITO MAISENA<br>SUCO NATURAL | 23<br>MAÇÃ<br>PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO<br>OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO<br>SUCO NATURAL | 24<br>BANANA<br>MINIPIZZA DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO BISNAGA COM REQUEIJÃO<br>SUCO NATURAL | 25<br>ABACAXI<br>BOLO CASEIRO<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>SUCO NATURAL |
| 28<br>MAÇÃ<br>MINIPÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO DE LEITE COM QUEIJO<br>SUCO NATURAL | 29<br>MELÃO<br>BOLO CASEIRO<br>OPÇÃO: PIPOCA<br>SUCO NATURAL | 30<br>MAÇÃ<br>FOGAZZA<br>OPÇÃO: BISCOITO MAISENA<br>SUCO NATURAL | 31<br>BANANA<br>PÃO DE QUEIJO<br>OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA<br>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 Junior Agosto 2023
# 2º a 5º Ano do Fundamental

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | 01<br>MELÃO<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO<br>SUCO NATURAL | 02<br>MAÇÃ<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL | 03<br>BANANA<br>FOGAZZA<br>SUCO NATURAL | 04<br>PIPOCA<br>BOLO DE MAÇÃ<br>SUCO NATURAL |
| 07<br>MANGA<br>BISCOITO DE POLVILHO<br>SUCO NATURAL | 08<br>BANANA<br>LANCHE MISTO FRIO<br>SUCO NATURAL | 09<br>MELANCIA<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL | 10<br>MELÃO<br>PÃO COM PEITO DE PERU E QUEIJO BRANCO<br>SUCO NATURAL | 11<br>MAÇÃ<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL |
| 14<br>MAÇÃ<br>PÃO DE QUEIJO<br>SUCO NATURAL | 15<br>LARANJA<br>LANCHE MISTO FRIO<br>SUCO NATURAL | 16<br>ABACAXI<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL | 17<br>BANANA<br>BOLO CASEIRO<br>IOGURTE DE MORANGO | 18<br>MELANCIA<br>MINIPIZZA DE QUEIJO<br>SUCO NATURAL |
| 21<br>MELANCIA<br>PÃO DE QUEIJO<br>IOGURTE DE MORANGO | 22<br>MELÃO<br>PÃO DE LEITE COM CREAM CHEESE<br>SUCO NATURAL | 23<br>MAÇÃ<br>PANQUECA DE FRANGO<br>SUCO NATURAL | 24<br>BANANA<br>FOGAZZA<br>SUCO NATURAL | 25<br>ABACAXI<br>MINIPIZZA<br>SUCO NATURAL |
| 28<br>MAÇÃ<br>PÃO DE QUEIJO<br>LEITE COM CACAU | 29<br>MELÃO<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO BRANCO<br>SUCO NATURAL | 30<br>MAÇÃ<br>FOGAZZA<br>SUCO NATURAL | 31<br>BANANA<br>ESFIHA<br>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 Agosto 2023
# 6° a 9° Ano do Fundamental

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | 01<br>MELÃO<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO<br>SUCO NATURAL | 02<br>MAÇÃ<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL | 03<br>BANANA<br>FOGAZZA<br>SUCO NATURAL | 04<br>PIPOCA<br>BOLO DE MAÇÃ<br>SUCO NATURAL |
| 07<br>MANGA<br>BISCOITO DE POLVILHO<br>SUCO NATURAL | 08<br>BANANA<br>LANCHE MISTO FRIO<br>SUCO NATURAL | 09<br>MELANCIA<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL | 10<br>MELÃO<br>PÃO COM PEITO DE PERU E QUEIJO BRANCO<br>SUCO NATURAL | 11<br>MAÇÃ<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL |
| 14<br>MAÇÃ<br>PÃO DE QUEIJO<br>SUCO NATURAL | 15<br>LARANJA<br>LANCHE MISTO FRIO<br>SUCO NATURAL | 16<br>ABACAXI<br>ESFIHA<br>SUCO NATURAL | 17<br>BANANA<br>BOLO CASEIRO<br>IOGURTE DE MORANGO | 18<br>MELANCIA<br>MINIPIZZA DE QUEIJO<br>SUCO NATURAL |
| 21<br>MELANCIA<br>PÃO DE QUEIJO<br>IOGURTE DE MORANGO | 22<br>MELÃO<br>PÃO DE LEITE COM CREAM CHEESE<br>SUCO NATURAL | 23<br>MAÇÃ<br>PANQUECA DE FRANGO<br>SUCO NATURAL | 24<br>BANANA<br>FOGAZZA<br>SUCO NATURAL | 25<br>ABACAXI<br>MINIPIZZA<br>SUCO NATURAL |
| 28<br>MAÇÃ<br>PÃO DE QUEIJO<br>LEITE COM CACAU | 29<br>MELÃO<br>PÃO DE LEITE COM QUEIJO BRANCO<br>SUCO NATURAL | 30<br>MAÇÃ<br>FOGAZZA<br>SUCO NATURAL | 31<br>BANANA<br>ESFIHA<br>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