Almoço Março 2023

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

		01 Estrogonofe de Frango Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Batata-palha Alface/Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	02 Maminha Assada Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Couve refogada Alface/Tomate/Beterraba Fruta da Época Suco Natural	03 Saint Peter Grelhado Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Seleta de Legumes Alface/Tomate/Chuchu Gelatina Caseira Suco Natural
06 Picanha Suína ao molho de ervas Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Farofa Alface/Tomate/Cenoura Fruta da Época Suco Natural	07 Carne em Cubos com Molho Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Polenta Cremosa Alface/Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	08 Salmão Grelhado Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Risoto Alface/Tomate/Berinjela Creme de Banana e Chocolate Suco Natural	09 Carne Moída Refogada Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Purê de Batata Alface/Tomate/Beterraba Fruta da Época Suco Natural	10 Iscas de Frango ao Shoyu Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Yakissoba Alface/Tomate/Chuchu Fruta da Época Suco Natural
13 Estrogonofe de Carne Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Batata-palha Alface/Tomate/Brócolis Fruta da Época Suco Natural	14 Maminha Assada Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Batata Rústica Alface/Tomate Cenoura Fruta da Época Suco Natural	15 Feijoada light Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Couve Refogada/Farofa Alface /Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	16 Filé de Frango Grelhado Opção: Frango grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Milho na Manteiga Alface/Tomate/Beterraba Fruta da Época Suco Natural	17 Carne Moída Refogada Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Nhoque ao sugo Alface/Tomate/Ervilha Sagu Suco Natural
20 Hambúrguer caseiro Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Batata ao Barbecue Alface/Tomate/Cenoura Fruta da Época Suco Natural	21 Sobrecoxa Assada Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Macarrão ao alho e azeite Alface/Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	22 Miolo de Alcatra Grelhado Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Cuscuz Marroquino Alface/Tomate/Brócolis Fruta da Época Suco Natural	23 Cubos de Frango ao Molho Shoyu Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Brócolis refogado Alface/Tomate/Soja temperada Fruta da Época Suco Natural	24 Fricassê de Salmão Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Brócolis no Vapor Alface/Tomate/Grãos Gelatina caseira Suco Natural
27 Copa Lombo Assado Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Farofa de Banana da Terra Alface/Tomate/Grão-de-bico Fruta da Época Suco Natural	28 Estrogonofe de Frango Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Batata-palha Alface/Tomate/Cenoura Fruta da Época Suco Natural	29 Carne Assada Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Macarrão ao alho e azeite Alface/Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	30 Iscas de Frango à Milanesa Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Purê de mandioquinha Alface/Tomate/Beterraba Fruta da Época Suco Natural	31 Tilápia Grelhada Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Milho Refogado Alface/Tomate/Chuchu Torta Banoffee Suco Natural

Lanche Livre Março 2023
Infantil a 1º Ano do Fundamental

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

		01 MAÇÃ PÃO FRANCÊS COM QUEIJO OPÇÃO: BISCOITO MAISENA SUCO NATURAL	02 BANANA PÃO DE QUEIJO OPÇÃO: BISCOITO SUCO NATURAL	03 MAMÃO BOLO CASEIRO OPÇÃO: PIPOCA IOGURTE DE MORANGO
06 MANGA PÃO DE CENOURA COM QUEIJO OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO SUCO NATURAL	07 BANANA PÃO COM REQUEIJÃO OPÇÃO: BISCOITO MAISENA SUCO NATURAL	08 LARANJA BOLO CASEIRO OPÇÃO: PIPOCA SUCO NATURAL	09 MELÃO MUFFIN SALGADO OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO SUCO NATURAL	10 MAÇÃ TORRADA COM PATÊ OPÇÃO: MILHO COZIDO SUCO NATURAL
13 MELANCIA MINIPÃO DE QUEIJO OPÇÃO: PALITOS DE PEPINO SUCO NATURAL	14 LARANJA LANCHE MISTO FRIO OPÇÃO: PÃO COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL	15 ABACAXI PÉROLA PÃO DE BATATA INTEGRAL OPÇÃO: BISCOITO DE BANANA SUCO NATURAL	16 BANANA BOLO DE MAÇÃ OPÇÃO: PIPOCA LEITE COM CACAU	17 MAÇÃ QUICHE DE QUEIJO OPÇÃO: TORRADA CASEIRA SUCO NATURAL
20 MELANCIA MINIPÃO DE QUEIJO OPÇÃO: PÃO COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL	21 MELÃO PÃO DE FORMA COM QUEIJO OPÇÃO: PALITOS DE CENOURA SUCO NATURAL	22 MAÇÃ BISNAGA COM REQUEIJÃO OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO SUCO NATURAL	23 BANANA MINIESFIHA OPÇÃO: PÃO FRANCÊS COM QUEIJO SUCO NATURAL	24 ABACAXI PÉROLA BOLO CASEIRO OPÇÃO: PIPOCA SUCO NATURAL
27 MAÇÃ MINIPÃO DE QUEIJO OPÇÃO: PÃO DE LEITE SUCO NATURAL	28 MELÃO BOLO OPÇÃO: PIPOCA LEITE COM FRUTA	29 BANANA FOGAZZA DE FRANGO OPÇÃO: TORRADA TEMPERADA SUCO NATURAL	30 MAÇÃ MINIPÃO DE QUEIJO OPÇÃO: BISCOITO MAISENA SUCO NATURAL	31 ABACAXI PÉROLA MUFFIN SALGADO OPÇÃO: TORRADINHA TEMPERADA SUCO NATURAL

Lanche Junior Março 2023
2º a 5º Ano do Fundamental

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

		01 MAÇÃ FOGAZZA DE PIZZA SUCO NATURAL	02 BANANA ESFIHA DE CARNE SUCO NATURAL	03 BOLO CASEIRO PIPOCA IOGURTE DE MORANGO
06 MANGA PÃO DE CENOURA COM QUEIJO SUCO NATURAL	07 BANANA LANCHE MISTO FRIO SUCO NATURAL	08 MELANCIA MINIPIZZA MUÇARELA SUCO NATURAL	09 MELÃO PÃO DE FORMA COM QUEIJO SUCO NATURAL	10 MAÇÃ SALGADO ASSADO SUCO NATURAL
13 MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	14 LARANJA TORTA DE FRANGO SUCO NATURAL	15 ABACAXI PÉROLA ESFIHA SUCO NATURAL	16 BOLO DE MAÇÃ PIPOCA IOGURTE	17 MELANCIA QUICHE DE FRIOS SUCO NATURAL
20 MANGA PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	21 MELÃO PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL	22 MAÇÃ TORTA DE FRANGO SUCO NATURAL	23 BANANA SALGADO ASSADO SUCO NATURAL	24 BOLO CASEIRO PIPOCA SUCO NATURAL
27 MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	28 MELÃO PÃO DE LEITE COM QUEIJO BRANCO SUCO NATURAL	29 MELANCIA FOGAZZA DE FRANGO SUCO NATURAL	30 BANANA ESFIHA DE CARNE SUCO NATURAL	31 ABACAXI PÉROLA MINIPIZZA DE MUÇARELA SUCO NATURAL

Lanche Teen Março 2023
6° a 9° Ano do Fundamental

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

		01 MAÇÃ FOGAZZA DE PIZZA SUCO NATURAL	02 BANANA ESFIHA DE CARNE SUCO NATURAL	03 BOLO CASEIRO /PIPOCA IOGURTE DE MORANGO
06 MANGA PÃO DE CENOURA COM QUEIJO SUCO NATURAL	07 BANANA LANCHE MISTO FRIO SUCO NATURAL	08 MELANCIA MINIPIZZA MUÇARELA SUCO NATURAL	09 MELÃO PÃO DE FORMA COM QUEIJO SUCO NATURAL	10 MAÇÃ SALGADO ASSADO SUCO NATURAL
13 MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	14 LARANJA TORTA DE FRANGO SUCO NATURAL	15 ABACAXI PÉROLA ESFIHA SUCO NATURAL	16 BOLO DE MAÇÃ PIPOCA IOGURTE	17 MELANCIA QUICHE DE FRIOS SUCO NATURAL
20 MANGA PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	21 MELÃO PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL	22 MAÇÃ TORTA DE FRANGO SUCO NATURAL	23 BANANA SALGADO ASSADO SUCO NATURAL	24 BOLO CASEIRO PIPOCA SUCO NATURAL
27 MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	28 MELÃO PÃO DE LEITE COM QUEIJO BRANCO SUCO NATURAL	29 MELANCIA FOGAZZA DE FRANGO SUCO NATURAL	30 BANANA ESFIHA DE CARNE SUCO NATURAL	31 ABACAXI PÉROLA MINIPIZZA DE MUÇARELA SUCO NATURAL