

## Almoço Outubro 2023





7	5			•		*				57
* •	02	Carne assada ao Molho Madeir Opção: Ovo ou Filé de Frango Arroz Branco/Integral/Feijão Farofa/Legumes refogados Alface/Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	a 03	Saint Peter Grelhado Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Brócolis com Cenoura no Vapor Alface/Tomate/Cenoura ralada Fruta da Época Suco Natural	04	Carne Moída Refogada Opção: Ovo Mexido ou frito Arroz Branco/Integral/Feijão Macarrão ao alho e azeite/ Legumes refogados Alface/Tomate/Grão-de-bico Fruta da Época Suco Natural		Estrogonofe de Frango Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Batata-palha/Legumes refogados Alface/Tomate/Beterraba Fruta da Época Suco Natural		Mignon ao Molho Chimichurri Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Risoto Milanês Legumes refogados Alface /Tomate / Chuchu Pavê de chocolate Suco Natural
	09	Lasanha à bolonhesa Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Brócolis ao Alho Alface /Tomate/Cenoura Fruta da Época Suco Natural	10	Picanha Suína à Parmegiana Opção: Frango Grelhado/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Batata corada/Legumes refogado Alface/Tomate/Beterraba Fruta da Época Suco Natural		ENTO DO DIA DAS CRIANÇAS  Dia das Crianças	12		13	^ D
*	16	Almôndegas Caseiras ao molho Opção: Ovo Frito ou Mexido Arroz Branco/Integral/Feijão Macarrão ao alho e azeite Legumes refogados Alface/Tomate/Brócolis Fruta da Época Suco Natural	17	Estrogonofe de Frango Opção: Ovo Frito ou Mexido Arroz Branco/Integral/Feijão Batata corada/ Legumes refogado Alface/Tomate/Cenoura Fruta da Época Suco Natural	18 os	Feijoada light Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Couve refogada/Farofa Alface /Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	19	Filé de Frango à Milanesa Opção: Ovo mexido ou frito Arroz Branco/Integral/Feijão Creme de milho/Legumes refogad Alface/Tomate/Beterraba Fruta da Época Suco Natural	20 los	Carne Moída Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Nhoque ao sugo/Legumes Alface/Tomate/ Ervilha Sagu de uva Suco Natural
	23	Frango Assado Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Farofa Simples Alface/Tomate/Cenoura ralada Fruta da Época Suco Natural	24	Bife Suíno ao Molho de Ervas Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Brócolis no Vapor Alface/Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	25	Lasanha à Bolonhesa Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Lâminas de Cenoura e Chuchu Alface /Tomate/Brócolis Fruta da Época Suco Natural	26	Filé de Frango Grelhado Opção: Omelete/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Couve Refogada Alface/Tomate/Soja temperada Fruta da Época Suco Natural	27	Iscas de Carne Acebolada Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/Feijão Caçarola de Legumes Alface/Tomate/Beterraba Mousse de abacate com Cacau Suco Natural
c D	30	Lombo Assado Opção: Filé de Frango/Ovo Arroz Branco/Integral/ Feijão Preto Legumes refogados Alface/Tomate/Pepino Fruta da Época Suco Natural	31	Frango à Milanesa Opção: Ovo Frito ou Mexido Arroz Branco/Integral/Feijão Creme de Espinafre/ Legumes refogados Alface/Tomate/Cenoura Fruta da Época Suco Natural	*				1 2/1	s.: Cardápio sujeito a s.: Cardápio sujeito a s.: Cardápio sujeito serações sem aviso serações sem aviso consugestão, entre em ou sugestão, entre em ou sugestão, entre em contato com GRSA. contato com GRSA. Fone: (11) 5081-8434- unop9506@grsa.com.br





# Lanche Livre Outubro 2023 Infantil a 1º Ano do Fundamental





17	5				2
*	MAÇÃ PÃO DE LEITE COM CREAM CHEESE OPÇÃO: BISCOITO DE MAISENA IOGURTE DE MORANGO	BANANA PANQUECA COM GELEIA OPÇÃO: BISCOITO DE POLVILHO LEITE COM CACAU	UVA BRIOCHE COM REQUEIJÃO OPÇÃO: TORRADA CASEIRA SUCO NATURAL	MELÃO PÃO FRANCES COM PATÊ OPÇÃO: BISCOITO DE BANANA COM CANELA LEITE COM CACAU	MELANCIA BOLO CASEIRO OPÇÃO: MILHO NA MANTEIGA SUCO NATURAL
	MAÇÃ PÃO DE LEITE COM QUEIJO OPÇÃO: TORRADA TEMPERADA LEITE COM CACAU	MANGA LANCHE MISTO FRIO OPÇÃO: BISCOITO SUCO NATURAL	BANANA TORTA DE FRANGO OPÇÃO: BISCOITO MAISENA IOGURTE DE MORANGO	Dia das Crianças	13
*	MAÇÃ  MINIPÃO DE QUEIJO  OPÇÃO: PÃO DE LEITE COM  MANTEIGA  SUCO NATURAL	UVA PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO OPÇÃO: BISCOITO MAISENA SUCO NATURAL	ABACAXI QUIBE DE CARNE OPÇÃO: BISCOITO MAISENA SUCO NATURAL	BANANA BOLO CASEIRO OPÇÃO: PIPOCA SUCO NATURAL	MELANCIA PÃO COM QUEIJO OPÇÃO: TORRADA CASEIRA SUCO NATURAL
	MELANCIA MINIPÃO DE QUEIJO OPÇÃO: PÃO DE LEITE COM MANTEIGA SUCO NATURAL	MELÃO PIZZA NO PÃO DE FORMA OPÇÃO: BISCOITO MAISENA SUCO NATURAL	MAÇÃ PÃO COM MANTEIGA OPÇÃO: BISCOITO POLVILHO SUCO NATURAL	BANANA PRATA MINIESFIHA OPÇÃO: PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL	ABACAXI BOLO DE CENOURA OPÇÃO: PIPOCA SUCO NATURAL
	MELANCIA MINIPÃO DE QUEIJO OPÇÃO: BISCOITO MAISENA SUCO NATURAL	BANANA MUFFIN SALGADO OPÇÃO: TORRADA LEITE COM CACAU			Obs.: Cardápio sujeito a Obs.: Cardápio sujeito a Obs.: Cardápio sujeito a aviso alterações sem aviso alterações sem entre em prévio. Qualquer dúvida prévio. Qualquer em ou sugestão, entre em ou sugestão, entre em contato com GRSA. contato com GRSA. contato com GRSA. rone: (11) 5081-8434 Fone: (11) 5081-8434
		•		* 0	W.





### Lanche Junior Outubro 2023 2º a 5º Ano do Fundamental





12					
* .	MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	BANANA PÃO FRANCÊS COM QUEIJO BRANCO ÁGUA DE COCO	UVA MINIPIZZA DE QUEIJO SUCO NATURAL	MELÃO TORTA DE FRANGO SUCO NATURAL	MELANCIA PÃO COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL
	MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	BANANA PÃO COM CREAM CHEESE SUCO NATURAL	MANGA FOGAZZA DE PIZZA SUCO NATURAL	Dia das Crianças	13
*	MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	UVA PANQUECA DE FRANGO SUCO NATURAL	ABACAXI ESFIHA IOGURTE DE MORANGO	BANANA BOLO PIPOCA SUCO NATURAL	MELANCIA PÃO COM CREAM CHEESE SUCO NATURAL
	MELANCIA PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	MELÃO PÃO DE LEITE COM QUEIJO SUCO NATURAL	MAÇÃ FOGAZZA DE PIZZA SUCO NATURAL	BANANA FOGAZZA DE PIZZA IOGURTE	ABACAXI PÃO DE QUEIJO LEITE COM CACAU
° D	BANANA PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	MELANCIA PÃO COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL			Obs.: Cardápio sujeito a Obs.: Cardápio sujeito a alterações sem aviso alterações sem edivida alterações com entre em prévio. Qualquer effsA. ou sugestão, entre gRSA. contato com GRSA. contato com GRSA. Fone: (11) 5081-8434 - unop9506@grsa.com.br
		•			un.





### **Lanche Teen Outubro 2023**







12					
*	MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	BANANA PÃO FRANCÊS COM QUEIJO BRANCO ÁGUA DE COCO	UVA MINIPIZZA DE QUEIJO SUCO NATURAL	MELÃO TORTA DE FRANGO SUCO NATURAL	MELANCIA PÃO COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL
	MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	BANANA PÃO COM CREAM CHEESE SUCO NATURAL	MANGA FOGAZZA DE PIZZA SUCO NATURAL	Dia das Crianças	13
*	MAÇÃ PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	UVA PANQUECA DE FRANGO SUCO NATURAL	ABACAXI ESFIHA IOGURTE DE MORANGO	19 BANANA BOLO PIPOCA SUCO NATURAL	MELANCIA PÃO COM CREAM CHEESE SUCO NATURAL
	MELANCIA PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	MELÃO PÃO DE LEITE COM QUEIJO SUCO NATURAL	MAÇÃ FOGAZZA DE PIZZA SUCO NATURAL	BANANA FOGAZZA DE PIZZA IOGURTE	ABACAXI PÃO DE QUEIJO LEITE COM CACAU
	BANANA PÃO DE QUEIJO SUCO NATURAL	MELANCIA PÃO COM REQUEIJÃO SUCO NATURAL			Obs.: Cardápio sujeito a Obs.: Cardápio sujeito a Obs.: Cardápio sujeito a Aterações sem aviso Atterações sem entre em prévio. Qualquer dúvida prévio. Qualquer em ou sugestão, entre em ou sugestão, entre em contato com GRSA. contato com GRSA. contato com GRSA. rone: (11) 5081-8434 · Fone: (11) 5081-8436 ·
					uner