Colégio Logosófico González Pecotche
Unidade Brasília

Cardápio Semanal

Período: de 05/11/2018 a 09/11/2018

segunda-feira

COLAÇÃO
Suco de maracujá
biscoito de queijo caseiro
Frutas da estação

ALMOÇO
Salada de folhas verdes + tomate + croutons
Sobrecoxa ao molho de açafrão e ervas
Beterraba cozida
Arroz integral/branco
Feijão carioca
Sobremesa: mamão

LANCHE
Suco de uva integral,
Torta de frango
Frutas da estação

terça-feira

COLAÇÃO
Suco de abacaxi
Bolo de banana com uvas passas e aveia
Frutas da estação

ALMOÇO
Mix de folhas verdes
Almondegas com espinafre ao sugo
Mandioca cozida
Arroz branco/ integral
Feijão carioca
Sobremesa: melancia

LANCHE
Suco de laranja,
Esfirra de frango
Frutas da estação

quarta-feira

COLAÇÃO
Suco de acerola
Enroladinho de queijo* (*frango para os alérgicos)
Frutas da estação

ALMOÇO
Mix de folhas verdes
Moqueca de tilápia com leite de coco
Jardineira de vegetais
Arroz branco/integral
Feijão carioca
Sobremesa: laranja

LANCHE
Suco de caju
Pão de queijo (de mandioquinha p/os alergicos)
Frutas da estação

quinta-feira

COLAÇÃO
Suco de uva
Pão francês com carne
Frutas da estação

ALMOÇO
Mix de folhas verdes
Tomate, queijo
Picadinho de carne cozido
Abóbora japonesa refogada
Arroz branco/ integral
Feijão carioca

Sobremesa: gelatina colorida

LANCHE
Suco de abacaxi com beterraba
Bolo de cenoura
Frutas

sexta-feira

COLAÇÃO
Suco de cenoura e maracujá
Folhado de frango
Frutas da estação

ALMOÇO
Vinagrete
Feijoada magra
Couve refogado
Farofa
Arroz branco/integral

Sobremesa: abacaxi ou laranja

LANCHE
Suco de laranja,
pizza marguerita
Frutas da estação

Informamos que o cardápio poderá ser alteado por indisponibilidade de algum alimento, porém comunicaremos aos senhores desta possível alteração. !
Informamos que cardápios da turma 01 são servidos com cortes especiais para a idade (bem picadinho e/ou desfiados).
Agradecemos a confiança e desejamos uma semana bem saborosa!

Colégio Logosófico González Pecotche
Unidade Brasília

Cardápio Semanal

Período: de 12/11/2018 a 16/11/2018

segunda-feira

COLAÇÃO
Suco de mamão com laranja,
Bolo de queijo
Frutas da estação

ALMOÇO
Mix de folhas verdes
Filézinho de frango jardineira de vegetais cozidos
Arroz branco e integral,
Feijão carioca,
Sobremesa: frutas

LANCHE
Bolo formigueiro
Suco de manga,
Frutas da estação

terça-feira

COLAÇÃO
Limonada
mini pão recheado
Frutas da estação

ALMOÇO
Salada de acelga, cenoura ralada e tomate
Carne cozida
Batata cozida
Arroz branco ou integral
Feijão carioca
Sobremesa: mamão

LANCHE
Suco de laranja,
Esfirra de carne
Frutas da estação

quarta-feira

COLAÇÃO
Suco de maracujá c/ cenoura
Omelete
Frutas da estação

ALMOÇO
Salada folhas verdes, tomate e abacate
Bolinho de peixe assado com ervas,
Batata doce cozida
Arroz branco/integral
Feijão carioca
Sobremesa: frutas

LANCHE
Suco de uva
Cuscuz temperado
Frutas da estação

quinta-feira

Feriado

sexta-feira

COLAÇÃO
Suco de uva
enroladinho de queijo ou frango (sem lactose)
Frutas da estação

ALMOÇO
Mix de folhas
Lasanha a bolonhesa
Arroz branco/integral
Feijão carioca
Brócolis cozido
Sobremesa:
Frutas

LANCHE
Suco de abacaxi com hortelã
pão caseiro recheado com carne
Frutas da estação

Informamos que o cardápio poderá ser alteado por indisponibilidade de algum alimento, porém comunicaremos aos senhores desta possível alteração!
Informamos que cardápios da turma 01 são servidos com cortes especiais para a idade (bem picadinho e/ou desfiados).
Agradecemos a confiança e desejamos uma semana bem saborosa!

Colégio Logosófico González Pecotche
Unidade Brasília

Cardápio Semanal

Período: de 19/11/2018 a 23/11/2018

segunda-feira

COLAÇÃO
Vitamina de banana com aveia
Bolo de fubá
Frutas da estação

ALMOÇO
Salada de folhas verdes
Rocambole de frango recheado ao molho
vegetais cozidos
Arroz integral,
Feijão carioca
Sobremesa: Frutas da estação

LANCHE
Suco de manga
Pão de batata recheado
Frutas da estação

terça-feira

COLAÇÃO
Suco de graviola
sanduiche natural
Frutas da estação

ALMOÇO
Mix de folhas verdes
Macarrão a bolonhesa
Arroz integral ,branco
Feijão Carioca
Sobremesa: laranja

LANCHE
Suco de maçã, cenoura e laranja
bolo de Chocolate
Frutas da estação

quarta-feira

COLAÇÃO
Suco de frutas
Biscoito de queijo
Frutas da estação

ALMOÇO
Jardineira de vegetais cozidos
Peixe empanado
Arroz integral,
Feijão carioca,
Sobremesa: frutas

LANCHE
Suco de goiaba,
Pizza de frango com ervas
Frutas da estação

quinta-feira

COLAÇÃO
Suco melão, limão e hortelã
Pão francês recheado,
Frutas da estação

ALMOÇO
Mix de folhas verdes
Picadinho de carne à moda
legumes cozidos
Arroz branco/integral,
feijão carioca
Sobremesa: frutas

LANCHE
Suco de acerola
Milho cozido
Frutas

sexta-feira

COLAÇÃO
Suco de uva,
bolo de maçã
Frutas da estação

ALMOÇO
Vinagrete
Feijoada
Arroz branco/integral,
Farofa
Couve
Sobremesa: Laranja

LANCHE
Suco de laranja,
pão de queijo
Frutas da estação

Informamos que o cardápio poderá ser alteado por indisponibilidade de algum alimento, porém comunicaremos aos senhores desta possível alteração. !
Informamos que cardápios da turma 01 são servidos com cortes especiais para a idade (bem picadinho e/ou desfiados).
Agradecemos a confiança e desejamos uma semana bem saborosa!

Colégio Logosófico González Pecotche
Unidade Brasília

Cardápio Semanal

Período: de 26/11/2018 a 30/11/2018

segunda-feira

COLAÇÂO
Suco de maçã, laranja e cenoura
mini empada de frango
Frutas

ALMOÇO
Salada de repolho, cenoura, tomate e uvas passas
Lombo desfiado ao molho de tomate
batata assada e beterraba cozida.
Arroz integral, feijão carioca,
Sobremesa: Abacaxi

LANCHE
Suco de manga, biscoito de queijo
Frutas da estação

terça-feira

COLAÇÂO
Suco de couve e laranja
enroladinho de queijo, banana

ALMOÇO
Salada caprese, carne moída, macarrão ao alho e azeite, abobrinha cozida e cenoura ralada
Arroz branco/integral,
Feijão carioca
Sobremesa: mamão

LANCHE
Suco de goiaba,
Pizza Marguerite
Frutas da estação

quarta-feira

COLAÇÂO
Suco de morango, beterraba e laranja
Bolo de laranja
Frutas

ALMOÇO
Salada de alface com tomate e repolho
Moqueca de peixe
Jardineira de vegetais
Arroz com brócolis
Feijão carioca
Sobremesa: frutas

LANCHE
Suco de Maracujá
mini pão de batata recheado com carne (sem lactose)
Frutas

quinta-feira

COLAÇÃO
Suco de manga,
pão de queijo
Frutas

ALMOÇO
Cesar salad
Picadinho de carne
purê de batata
couve manteiga refogada.
Arroz branco/integral,
feijão preto,
Sobremesa: frutas

LANCHE
Suco de uva integral,
panqueca de carne e vegetais
Frutas da estação

sexta-feira

Feriado

Informamos que o cardápio poderá ser alteado por indisponibilidade de algum alimento, porém comunicaremos aos senhores desta possível alteração. !
Informamos que cardápios da turma 01 são servidos com cortes especiais para a idade (bem picadinho e/ou desfiados).
Agradecemos a confiança e desejamos uma semana bem saborosa!