

# Cardápio semanal

## 06 a 10 de maio de 2019

Lanche da manhã	Segunda-feira 06/05	Terça-feira 07/05	Quarta-feira 08/05	Quinta-feira 09/05	Sexta-feira 10/05
Bebida	Suco de uva	Suco de acerola	Suco de goiaba com laranja	Suco de mamão com limão	Suco maravilha
Acompanhamento	Bolo de cenoura	Mini pão recheado	Bolo de banana com passas	Esfirra de frango	Enroladinho de queijo
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Almoço	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada/Legumes	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes/tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate
Prato principal	Frango ao molho	Almondegas nutritivas	Feijoada	Filé de frango ao molho	Peixe à moda
Acompanhamento 1	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Acompanhamento 2	Feijão	Feijão	Farofa de cenoura	Feijão	Feijão
Guarnição 1	Panachê de vegetais	Legumes salteados	Vinagrete	Tartare de legumes	Purê de batata
Guarnição 2	Batata cozida	Cenoura e couve flor	Couve refogada	Beterraba à Brunoise	Vegetais no vapor
Sobremesa	Frutas da estação	Frutas da estação	Laranja /Abacaxi	Frutas da estação	Frutas da estação

Lanche da tarde	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bebida	Limonada	Suco de maracujá	Suco Rosa	Trio nutritivo	Suco de uva integral
Acompanhamento	Pão de batata caseiro com queijo	Sanduche natural	Cuscuz temperado	Pão de queijo	Pão francês com recheio
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Informamos que o cardápio poderá ser alterado por indisponibilidade de algum alimento.

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! Fale conosco pelo site:<http://brasil.colegiologosofico.com.br/nutricao>

# Cardápio semanal

## 13 a 17 de maio de 2019

Lanche da manhã	Segunda-feira 13/05	Terça-feira 14/05	Quarta-feira 15/05	Quinta-feira 16/05	Sexta-feira 17/05
Bebida	Suco de maravilha	Suco de maracujá	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de acerola
Acompanhamento	Bolo mesclado	Torta de frango com vegetais	Biscoito de queijo	Bolo Brasil	Crepioca recheada
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Almoço	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada/Legumes	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes/tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate
Prato principal	Sobrecoxa assada	Carne ao molho	Peixe empanado	Rocambole de carne recheado	Picadinho de frango à moda
Acompanhamento 1	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão carioca
Acompanhamento 2	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Guarnição 1	Abóbora cozida	Batata a sauté	Legumes salteados	Chuchu refogado	Tartare de legumes
Guarnição 2	Chuchu gratinado	Tabule	Cenoura e couve flor	Vinagrete	Milho verde cozido
Sobremesa	Frutas da estação	Frutas da estação	Laranja /Abacaxi	Frutas da estação	Frutas da estação

Lanche da tarde	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bebida	Suco de frutas vermelhas	Suco de manga	Suco de acerola	Limonada	Suco de laranja
Acompanhamento	Pizza Marguerita	Bolinho de batata com frango	Folhado de frango	Brusqueta de tomate	Bolo formigueiro
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Informamos que o cardápio poderá ser alterado por indisponibilidade de algum alimento.

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! Fale conosco pelo site: <http://brasil.colegiologosofico.com.br/nutricao>

# Cardápio semanal

## 20 a 24 de maio de 2019

Lanche da manhã	Segunda-feira 20/05	Terça-feira 21/05	Quarta-feira 22/05	Quinta-feira 23/05	Sexta-feira 24/05
Bebida	Limonada	Suco de laranja	Suco de abacaxi com manjeriço	Suco de acerola com mamão	Chocolate gelado
Acompanhamento	Bolo de milho	Pão trançado recheado	Bolo de maçã com canela	Torta de frango	Sanduíche natural
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Almoço	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada/Legumes	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes/tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate
Prato principal	Frango xadrez	Iscas de filé ao molho	Papelote de peixe	Iscas de carne ao molho	Espaguete a bolonhesa
Acompanhamento 1	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Acompanhamento 2	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Guarnição 1	Couve flor cozida	Vegetais a moda da casa	Jardineira de vegetais	Batata Rosti	Abobrinha à Juliene
Guarnição 2	Panachê de vegetais	Risoni ao caprese	Purê de batata	Beterraba cozida	Brócolis refogado
Sobremesa	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Lanche da tarde	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bebida	Limonada	Suco de maracujá	Suco Rosa	Trio nutritivo	Suco de uva integral
Acompanhamento	Pão de batata caseiro com queijo	Sanduíche natural	Cuscuz temperado	Pão de queijo	Pão francês com recheio
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Informamos que o cardápio poderá ser alterado por indisponibilidade de algum alimento.

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! Fale conosco pelo site: <http://brasil.colegiologosofico.com.br/nutricao>

## Cardápio semanal 27 a 31 de maio de 2019

Lanche da manhã	Segunda-feira 27/05	Terça-feira 28/05	Quarta-feira 29/05	Quinta-feira 30/05	Sexta-feira 31/05
Bebida	Suco de Maracujá	Limonada	Suco verão	Suco de acerola	Suco felicidade
Acompanhamento	Enroladinho de queijo e vegetais	Pão francês com carne	Pão de queijo	Omelete colorido	Folhado de frango
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Almoço	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada/Legumes	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes/tomate	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes /tomate
Prato principal	Picadinho de frango	Espaguete com frango	Moqueca de peixe	Estrogonofe de carne	Peito de frango grelhado com ervas
Acompanhamento 1	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Acompanhamento 2	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Guarnição 1	Beterraba cozida	Jardineira de vegetais	Batatas salteadas	Vegetais no vapor	Batata assada
Guarnição 2	Couve flor ao vapor	Brócolis cozido	Cenoura salteada	Legumes ao vapor	Cenoura ralada
Sobremesa	Frutas da estação	Frutas da estação	Laranja /Abacaxi	Frutas da estação	Frutas da estação

Lanche da tarde	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bebida	Limonada	Suco de laranja	Suco de manga	Trio nutritivo	Suco de uva integral
Acompanhamento	Mini pão com carne	Mini pizza de frango	Sanduíche de Hambúrguer caseiro	Pão de queijo	Pão caseiro com recheio
Fruta	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação

Informamos que o cardápio poderá ser alterado por indisponibilidade de algum alimento.

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! Fale conosco pelo site: <http://brasil.colegiologosofico.com.br/nutricao>