



Cardápio semanal

04 a 08 de Novembro de 2019



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
JANTAR					
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	Canelone nutritivo	Almondega de frango nutritiva	Moqueca de peixe	Carne bovina ao molho	omelete colorido recheado com frango
Acompanhamento 1	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz com brócolis	Arroz
Acompanhamento 2	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Guarnição	-	Jardineira de vegetais	Mix de legumes assados	Vegetais no vapor com ervas	Salpicão de vegetais
Sobremesa	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://brasilia.colegiologosofico.com.br/nutricao>





Cardápio semanal

11 a 15 de Novembro de 2019



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
JANTAR					
Salada/Legumes	Mix de folhas verdes	Mix de folhas verdes /tomate	Mix de folhas verdes	Mix de folhas verdes /tomate	FERIADO
Prato principal	Frango à mineira	Costela bovina com agrião	File de sassami acebolado	Carne moída	
Acompanhamento 1	Arroz	Arroz	Arroz	Espaguete ao sugo	
Acompanhamento 2	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	
Guarnição	Quiabo refogado	Mandioca cozida	Cenoura, ervilhas e milho	Seleta de vegetais	
Sobremesa	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

18 a 22 de Novembro de 2019



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
JANTAR					
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	Carne picadinha ao molho	Cubinhos de frango ao molho	Estrogonofe de frango	Músculo cozido	Risoto de frango colorido com vegetais
Acompanhamento 1	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	-
Acompanhamento 2	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Guarnição	Jardineira de vegetais	Mix de vegetais	Vegetais cozidos	Milho verde refogado	-
Sobremesa	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

25 a 29 de Novembro 2019



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Jantar					
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	Ministrone de vegetais com carne	Filé de frango ao molho	Almondegas de carne ao molho	Costela bovina com agrião	Frango xadrez
Acompanhamento 1	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Acompanhamento 2	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Guarnição	-	Mix de legumes assado	Purê de batata e inhame	Seleta de vegetais	Legumes refogado
Sobremesa	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://brasilia.colegiologosofico.com.br/nutricao>

