

	Lanche da manhã *	Almoço		Lanche da tarde *
		Diariamente: arroz , feijão e mix de folhas verdes com tomate		
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Pão de queijo caseiro	Peixe grelhado	Penache de legumes	Sanduíche natural
Terça-feira	Tapioca com frango	Fricassê de frango	Arroz com açafrão, berinjela assada	Bolo de banana
Quarta-feira	Rosca trançada	Estrogonofe de carne	Batata palha, seleta de legumes	Quibe assado
Quinta-feira	Pão dourado	Frango grelhado	Yakssoba colorido	Croquete de carne
Sexta-feira	Bolo de maçã	Carne cozida	Mandioca cozida, mix de vegetais	Biscoito de queijo

\* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

\*\*A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil *	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Moqueca de peixe	Purê de batata e brócolis no vapor
Terça-feira	Picadinho de frango	Creme de milho e arco íris de vegetais
Quarta-feira	Carne desfiada	Seleta de legumes
Quinta-feira	Canja	Opcional: Arroz e feijão
Sexta-feira	Picadinho de carne	Purê de batata e mix de vegetais

\* O valor do jantar individual é de R\$ 15,00.

\* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: [tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br](mailto:tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br)

	Lanche da manhã *	Almoço		Lanche da tarde *
		Diariamente: arroz , feijão e mix de folhas verdes com tomate		
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Panqueca americana	Almondegas ao sugo	Macarrão, salada de repolho	Bolo de laranja
Terça-feira	Pão recheado	Frango xadrez	Mix de vegetais	Rosca trançada
Quarta-feira	Trouxinha de frango	Palitinhos de peixe	Purê de batata, brócolis	Crepioça com queijo
Quinta-feira	Cuscuz temperado	Panqueca de frango colorida	Legumes salteados	Buraco quente
Sexta-feira	Biscoito de queijo	Feijoada	Couve refogada, farofa colorida	Pizza de frango com milho

\* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

\*\*A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil *	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Carne moída refogada com milho verde	Cenoura salteada e brócolis
Terça-feira	Frango grelhado	Beterraba e chuchu
Quarta-feira	Sopa de vegetais com carne	-
Quinta-feira	Yaksoba colorido	Opcional: Arroz e feijão
Sexta-feira	Omelete com espinafre	Beterraba cozida

\* O valor do jantar individual é de R\$ 15,00.

\* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: [tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br](mailto:tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br)

	Lanche da manhã *	Almoço		Lanche da tarde *
		Diariamente: arroz , feijão e mix de folhas verdes com tomate		
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Omelete	Escondidinho de carne seca	Arco íris de vegetais	Pão dourado
Terça-feira	Pão recheado	Coxa e sobrecoxa de frango assada	Milho verde refogado, quiabo	Enroladinho de queijo
Quarta-feira	Bolo de cenoura	Carne de panela cozida	Mandioca, couve refogada	Pão de batata com patê
Quinta-feira	Rosca trançada	Lombo assado	Farofa de uva passas, salpicão	Muffin salgado
Sexta-feira	Cookies de aveia	Filé de frango à dorê	Couve flor gratinada, chuchu	Quibe de queijo assado

\* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

\*\*A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil *	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Risotinho de carne	Beterraba
Terça-feira	Coxinha ao molho	Milho verde, ervilha
Quarta-feira	Escondidinho de carne	Cenoura, chuchu
Quinta-feira	Picadinho de carne	Cenoura em cubos, vagem
Sexta-feira	Picadinho de frango acebolado	Brócolis, creme de milho

\* O valor do jantar individual é de R\$ 15,00.

\* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: [tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br](mailto:tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br)

	Lanche da manhã *	Almoço		Lanche da tarde *
		Diariamente: arroz , feijão e mix de folhas verdes com tomate		
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Panqueca americana	Estrogonofe de frango	Seleta de legumes, batata palha	Folhado de banana
Terça-feira	Tapioca recheada	Peixe á moda da casa	Batata soutê, chuchu	Pizza Marguerite
Quarta-feira	Bolo de cenoura	Costelinha suína	Arco íris de vegetais, mandioca	Esfirra de carne
Quinta-feira	Misto quente	Carne moída refogada	Batata doce assada, cenoura e chuchu	Rolinho primavera
Sexta-feira	Pão de queijo	Picadinho de frango	Macarrão ao molho branco, milho, ervilha	Croquete de carne

\* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

\*\*A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil *	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Galinhada	Opcional: Tutu de feijão
Terça-feira	Palitinhos de peixe	Abobrinha refogada
Quarta-feira	Carne picadinha com batata	Beterraba
Quinta-feira	Escondidinho de mandioca com carne desfiada	Mix de legumes
Sexta-feira	Frango grelhado com ervas	Purê de batatinha, brócolis no vapor

\* O valor do jantar individual é de R\$ 15,00.

\* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: [tesourariacb-df@colegiologosofico.com.br](mailto:tesourariacb-df@colegiologosofico.com.br)

	Lanche da manhã *	Almoço		Lanche da tarde *
		Diariamente: arroz , feijão e mix de folhas verdes com tomate		
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Cuscuzioca	Peixe a moda da casa	Mix de legumes, caponata de berinjela	Biscoito de queijo
Terça-feira	Pão dourado	Lombo suíno	Batata ao banho de ervas, chuchu salteado	Trouxinha de carne
Quarta-feira	Bolo de coco	Escondidinho de frango	Chips de batata doce, mix de legumes	Sanduiche natural
Quinta-feira	Torta de frango	Almondegas	Salada de repolho colorido	Bolo de cacau
Sexta-feira	Pão de queijo	Frango ao molho	Milho verde refogado, brócolis	Quibe assado

\* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

\*\*A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil *	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Peixe grelhado	Legumes salteados
Terça-feira	Picadinho de carne	Macarrão pene ao sugo, milho, ervilha
Quarta-feira	Frango ao molho	Milho, couve refogada
Quinta-feira	Espaguete a bolonhesa	-
Sexta-feira	Fricassê de frango	Chips de beterraba, abóbora cozida

\* O valor do jantar individual é de R\$ 15,00.

\* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: [tesourariacb-df@colegiologosofico.com.br](mailto:tesourariacb-df@colegiologosofico.com.br)