**Cardápio Colégio São José – Dezembro 2019**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Segunda-feira 02/12** | **Terça-feira 03/12** | **Quarta-feira 04/12** | **Quinta-feira 05/12** | **Sexta-feira 06/12** |
| **Fruta**  **Pão sovado com requeijão /Iogurte**  **Bolo de carne recheado**  **Vagem refogada**  **Salada**  **Danoninho caseiro de uva**  **Média com peito de peru/Suco** | **Cereal com leite**  **Egg bread com queijo**  **Tirinhas de frango**  **Mandioca**  **Salada**  **Fruta**  **Bolo de coco /Suco** | **Cardápio sugerido pelo aluno Guilherme Felix Aguiar**  **Fruta - Melão**  **Cará com creme de avelã**  **Bife à parmegiana**  **Creme de milho**  **Salada / Brigadeiro de colher**  **Hamburguer e bolo de laranja/Suco** | **Fruta**  **Média com patê**  **Lasanha ao sugo**  **Cubos de frango**  **Salada**  **Fruta**  **Pastel assado/Suco** | **Fruta**  **Cará com presunto**  **Carne moída à jardineira**  **Salada**  **Gelatina**  **Bolinho de chuva/Suco** |
| **Segunda-feira 09/12** | **Terça-feira 10/12** | **Quarta-feira 11/12** | **Quinta-feira 12/12** | **Sexta-feira 13/12** |
| **Fruta**  **Cará com peito de peru**  **Yakissoba de frango com legumes**  **Salada**  **Fruta**  **Pão de queijo/Suco** | **Cardápio sugerido pelo aluno Mateus Azzolim Cirqueira**  **Fruta - Acerola**  **Bisnaguinha com requeijão**  **Feijoada**  **Salada**  **Pudim de leite**  **Mini pizza e bolo de cenoura/Suco** | **Cereal com iogurte**  **Pão de forma com queijo branco**  **Peixe assado**  **Salada de legumes**  **Fruta**  **Média com queijo/Suco** | **Fruta**  **Média com requeijão**  **Panqueca de carne**  **Brócolis**  **Salada**  **Bolo de chocolate**  **Misto de bisnaguinha/Suco** | **Cardápio sugerido pela aluna Maria Eduarda Menezes Messias**  **Fruta - maçã**  **Brioche com peito de peru e requeijão**  **Strogonoff de frango**  **Batata soutê**  **Salada**  **Brigadeiro de paçoca**  **Cará com doce de leite/Suco** |
| **Segunda-feira 16/12** | **Terça-feira 17/12** | **Quarta-feira 18/12** |  |  |
| **Fruta**  **Média com queijo**  **Carne moída**  **Purê**  **Salada**  **Fruta**  **Bolo de milho /Suco** | **Fruta**  **Cará com geleia**  **Filé de frango**  **Suflê de queijo**  **Salada**  **Beijinho de colher**  **Esfiha de carne/Suco** | **Fruta**  **Média com requeijão/Ovo mexido**  **Macarrão ao sugo**  **Cubinhos de carne**  **Salada**  **Gelatina**  **Pão doce/Suco** |  |  |

* ***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos alimentos;***
* ***Composição das saladas: tomate, alface, cebola e a salada do dia***
* ***Todos os pratos acompanham arroz, feijão e suco de fruta.***
* ***Nos lanches da manhã e da tarde são servidos: suco de frutas, frutas diversificadas, um tipo de pão,leite, achocolatado, margarina, biscoito salgado e doce.***

***Karina Tranjan***

***Nutricionista – CRN 18659***