**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***