**Cardápio Colégio São José –**

**Mês: Janeiro/Fevereiro 2020**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Segunda-feira 27/01** | **Terça-feira 28/01** | **Quarta-feira 29/01** | **Quinta-feira 30/01** | **Sexta-feira 31/01** |
| Cereal com leiteMédia com peito de peruStrogonoff de frangoBatata palhaSalada FrutaCará com presunto/Suco  | FrutaBisnaguinha com requeijãoCarne moídaPurê SaladaSorvetePão de queijo/Suco  | FrutaBroa com creme de avelãEspagueti ao alho e óleoFilé de frangoSalada FrutaBolo de banana/Suco | FrutaCará com queijoCarne assada FarofaSalada Danoninho caseiro de uvaPão sovado com requeijão/Suco | FrutaMédia com patê de presuntoFilé de frango à pizzaioloMandiocaSalada / GelatinaIogurte/Bisnaguinha com queijo |
| **Segunda-feira 03/02** | **Terça-feira 04/02** | **Quarta-feira 05/02** | **Quinta-feria 06/02** | **Sexta-feira 07/02** |
| FrutaBroa com doce de leiteBife à rolêEspinafre refogadoSalada PudimEgg bread com requeijão/Suco | Cereal com iogurteCará com presuntoFrango cremosoBatata soutêSalada / FrutaBisnaguinha com peito de peru/Suco  | FrutaBroa com requeijãoPeixe assadoSalada de legumesPão de melMisto quente /Suco | FrutaMédia com patê de peito de peruLasanha de queijo e presuntoTirinhas de frangoSalada GelatinaBolo de cenoura/Suco | FrutaBisnaguinha com queijo brancoPicadinho de carne com legumesSaladaFrutaMexicano/Suco |
| **Segunda-feira 10/02** | **Terça-feira 11/02**  | **Quarta-feira 12/02** | **Quinta-feria 13/02** | **Sexta-feira 14/02** |
| FrutaCará com requeijãoFilé de frangoCouve-flor refogadaSalada / Gelatina Bolo de milho/Suco  | FrutaMédia com patê de frangoFeijoada KidsSalada / FrutaPão de queijo/Suco | Cereal com leiteBisnaguinha com queijoFrango assado com batatasSalada / SorveteCará com requeijão/Suco  | FrutaIogurte/Broa com peito de peruEscondidinho de carne secaCouveSalada / FrutaHot dog/Suco | Fruta Cará com geleiaParafuso à parisienseSobrecoxa de frango assadaSalada / Mousse de maracujáCookies/Suco |
| **Segunda-feira 17/02** | **Terça-feira 18/02** | **Quarta-feira 19/02** | **Quinta-feria 20/02** | **Sexta-feira 21/02** |
| Fruta Bisnaguinha com presuntoBife aceboladoCenoura soutêSalada / Mousse de limãoCereal de chocolate com leite/Suco | Fruta Ovo Mexido/Broa com queijo brancoLinguinni ao sugoPeito de frangoSalada / GelatinaBolo formigueiro/Suco  | FrutaCará com patê de frangoQuibe assadoLegumes na manteigaSalada / FrutaPão de queijo/Suco | Cereal com iogurteMédia com creme de avelãFilé de frango crocantePurê / Salada Brigadeiro de colherMini pizza/Suco  | Fruta Pão de forma com requeijãoTirinhas de carneMandioquinha soutêSalada / Fruta Rosquinhas/Leite fermentado  |
| **Segunda-feira 24/02** | **Terça-feira 25/02** | **Quarta-feira 26/02** | **Quinta-feria 27/02** | **Sexta-feira 28/03** |
| CARNAVAL | CARNAVAL | CARNAVAL | FrutaCará com requeijãoStrogonoff de carneBatata palhaSalada / Fruta Bolo de fubá/Suco | FrutaMédia com presuntoPenne ao molho rosêCubinhos de frangoSalada / GelatinaPastel assado de carne/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***