**Cardápio Colégio São José - Abril**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **12/04** | **13/04** | **14/04** | **15/04** | **16/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão francês ou de cará com requeijão** | **Queijo quente** | **Torrada com manteiga ou geleia** | **Pão francês ou de cará com manteiga**  **Ovo mexido** | **Pão francês ou de cará com requeijão**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Picadinho de frango com legumes**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Carne assada**  **Farofa**  **Salada**  **Fruta** | **Parafuso ao alho e óleo**  **Cubinhos de frango**  **Beterraba ralada**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Bife à parmegiana**  **Batata palha**  **Salada**  **Sorvete** | **Arroz e feijão**  **Almôndegas de frango**  **Purê**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com presunto**  **Pudim** | **Pão de cenoura com requeijão**  **Bolo formigueiro** | **Crepioca com queijo e tomate**  **Banana caramelizada** | **Esfiha de carne**  **Gelatina de uva** | **Mexicano**  **Pão de mel** |
|  | **19/04** | **20/04** | **21/04** | **22/04** | **23/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão francês ou de cará com requeijão** | **Misto quente** | **---------------** | **Pão francês ou de cará com manteiga**  **Ovo mexido** | **Pão francês ou de cará com requeijão**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Bife à rolê**  **Espinafre**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Frango assado com batatas**  **Salada**  **Fruta** | **FERIADO** | **Espagueti ao sugo**  **Filé de frango à milanesa no forno**  **Espinafre**  **Salada**  **Bombom** | **Arroz e feijão**  **Bife de panela**  **Couve-flor**  **Salada**  **Fruta** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com queijo branco**  **Mousse de limão** | **Pão tipo brioche com requeijão**  **Bolo de morango** | **----------------** | **Misto quente de forno**  **Gelatina de abacaxi** | **Pão de queijo**  **Wafer de morango** |
|  | **26/04** | **27/04** | **28/04** | **29/04** | **30/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão francês ou de cará com requeijão** | **Queijo quente** | **Torrada com manteiga ou geleia** | **Pão francês ou de cará com manteiga** | **Pão francês ou de cará com requeijão**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Fricassê de frango**  **Salada**  **Fruta** | **Feijoada Kids**  **Salada**  **Fruta** | **Penne ao molho rosê**  **Tirinhas de frango grelhado**  **Cenourinha soutê**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Strogonoff de carne**  **Batata palha**  **Salada**  **Brigadeiro de colher** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango**  **Brócolis refogado**  **Salada**  **Fruta** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com queijo prato**  **Pavê de abacaxi** | **Pão de forma integral com requeijão**  **Bolo de coco** | **Milho no potinho**  **Vitamina de frutas** | **Pão de batata com catupiry**  **Gelatina de morango** | **Mexicano**  **Paçoca** |

* ***A refeições (lanche da manhã e almoço) e o suco são retirados pelos alunos diretamente no balcão.***
* ***Lanche da manhã – Todos os dias é servido suco ou leite , fruta e opção de bolacha salgada e doce.***
* ***Almoço - No momento estamos servindo diariamente, salada de alface e tomate.***
* ***Os lanches da tarde serão distribuídos em embalagens/kits individuais seguindo as normas da Vigilância Sanitária/Protocolo COVID19.***
* ***Em todos os kits (lanche da tarde) servimos fruta, bolacha salgada, bolacha doce, suco ou leite achocolatado.***
* ***Caso algum aluno não ingira todos os alimentos do seu kit, será orientado a guardar o restante na mochila para levar para casa ou descartar o mesmo no lixo.***
* ***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos alimentos.***

***Karina Tranjan***

***Nutricionista – CRN 18659***