**Cardápio Colégio São José - Maio**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **03/05** | **04/05** | **05/05** | **06/05** | **07/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Bisnaguinha com queijo** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Cereal com leite**  **Pão de forma com requeijão** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Misto frio**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Fagottini à bolonhesa**  **Brócolis refogado**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Peite de frango cremoso**  **Bolinho de arroz**  **Salada / Fruta** | **Arroz e feijão**  **Peixe assado**  **Batata doce**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Frango crocante**  **Purê**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Quibe assado**  **Salada de legumes**  **Creme de abacate** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com peito de peru**  **Brigadeiro de paçoca** | **Broa com requeijão**  **Bolo mesclado** | **Pão sírio com queijo e tomate**  **Iogurte de fruta** | **Cachorro quente**  **Gelatina de cereja** | **Pão de queijo**  **Sorvete** |
|  | **10/05** | **11/05** | **12/05** | **13/05** | **14/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Bisnaguinha com queijo** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Cereal com leite**  **Pão de forma com requeijão** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Misto frio**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Frango xadrez**  **Salada**  **Fruta** | **Nhoque ao sugo**  **Bife de panela**  **Beterraba**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango à pizzaiolo**  **Couve**  **Salada / Fruta** | **Feijoada Kids**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Tirinhas de frango**  **Purê de abóbora**  **Salada**  **Mini founde de uva** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com queijo branco**  **Danoninho caseiro de uva** | **Pão de leite com requeijão**  **Bolo de banana** | **Ovo mexido com tomate**  **Torrada** | **Pastel assado de carne**  **Gelatina de limão** | **Mexicano**  **Wafer de morango** |
|  | **17/05** | **18/05** | **19/05** | **20/05** | **21/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Bisnaguinha com queijo** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Cereal com leite**  **Pão de forma com requeijão** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Misto frio**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Bolinho de peixe**  **Salada de legumes**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango supremo**  **Batata soutê**  **Salada / Fruta** | **Parafuso ao alho e óleo**  **Tirinhas de carne**  **Espinafre refogado**  **Salada / Fruta** | **Arroz e feijão**  **Strogonoff de frango**  **Batata palha**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Carne moída à jardineira**  **Salada**  **Romeu e Julieta** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com queijo**  **Chandelly caseiro** | **Pão sovado com requeijão**  **Bolo de churros** | **Sanduíche natural de frango**  **Pipoca** | **Quiche de queijo e presunto**  **Gelatina de framboesa** | **Pão de queijo**  **Bananinha** |
|  | **24/05** | **25/05** | **26/05** | **27/05** | **28/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Bisnaguinha com queijo** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Cereal com leite**  **Pão de forma com requeijão** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Misto frio**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango**  **Couve-flor**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Panqueca de carne**  **Brócolis refogado**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Cubinhos de frango à brasileira (ervilha e milho)**  **Salada / Fruta** | **Macarronada ao sugo**  **Almôndegas de carne**  **Cenoura soutê**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Sobrecoxa assada**  **Mandioquinha soutê**  **Salada**  **Morago com chantilly** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com presunto**  **Curau** | **Pão de mandioquinha**  **Bolo de cenoura** | **Bisnaguinha integral com queijo branco**  **Uva passa** | **Hamburguer**  **Gelatina de uva** | **Mexicano**  **Surpresa colorida** |
|  | **31/05** | **01/06** | **02/06** | **03/06** | **04/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Bisnaguinha com queijo** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Cereal com leite**  **Pão de forma com requeijão** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Misto frio**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Talharim à ao molho rosê**  **Cubinhos de carne**  **Agrião**  **Salada / Fruta** | **Feijoada Kids**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Isca de frango**  **Purê de cenoura**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Carne assada**  **Farofa**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Filé de peixe**  **Creme de milho**  **Salada**  **Banana caramelizada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com peito de peru**  **Beijinho de colher** | **Egg bread com requeijão**  **Bolo de maçã** | **Pão francês com manteiga**  **Ovinho de codorna** | **Mini pizza**  **Gelatina de abacaxi** | **Pão de queijo**  **Enroladinho de goiaba** |

* ***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.***
* ***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos alimentos.***

***Karina Tranjan***

***Nutricionista – CRN 18659***