**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***