**Cardápio Colégio São José - Junho**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **01/06** | **02/06** | **03/06** | **04/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** |  | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Cereal com leite**  **Pão de forma com requeijão** | **----------------** | **--------------** |
| **ALMOÇO** |  | **Feijoada Kids**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Isca de frango**  **Purê de cenoura**  **Salada / Fruta** | **FERIADO** | **FERIADO** |
| **LANCHE DA TARDE** |  | **Egg bread com requeijão**  **Bolo de maçã** | **Pão francês com manteiga**  **Ovinho de codorna** | **------------------** | **---------------** |
|  | **07/06** | **08/06** | **09/06** | **10/06** | **11/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de forma com peito de peru** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Cereal com leite**  **Bisnaguinha com requeijão** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Misto frio**  **Bolo simples** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Bife à rolê**  **Polenta mole**  **Salada**  **Bananinha** | **Arroz e feijão**  **Frango assado com batatas**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Filé de peixe**  **Creme de milho**  **Salada**  **Fruta** | **Lasanha ao sugo**  **Iscas de frango**  **Brócolis**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Carne de panela com legumes**  **Salada**  **Fruta** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com queijo**  **Palha Italiana** | **Pão de cará com requeijão**  **Bolo de milho** | **Torta de legumes**  **Uva passa** | **Mini pizza**  **Gelatina de morango** | **Pão de queijo**  **Enroladinho de goiaba** |
|  | **14/06** | **15/06** | **16/06** | **17/06** | **18/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Pão de forma com peito de peru** | **Misto frio**  **Bolo simples** | **Cereal com leite**  **Bisnaguinha com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Frango xadrez**  **Salada**  **Paçoca** | **Arroz e feijão**  **Carne assada**  **Farofa**  **Salada / Fruta** | **Arroz e feijão**  **Strogonoff de frango**  **Batata palha**  **Salada / Fruta** | **Feijoada Kids**  **Salada**  **Fruta** | **Macarrão ao alho e óleo**  **Cubinhos de frango**  **Beterraba**  **Salada / Fruta** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com peito de peru**  **Canjica** | **Pão de milho com requeijão**  **Bolo de chocolate** | **Pãozinho com manteiga**  **Milho no pote** | **Croissant**  **Gelatina de abacaxi** | **Mexicano**  **Wafer de morango** |
|  | **21/06** | **22/06** | **23/06** | **24/06** | **25/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Pão de forma com peito de peru** | **Misto frio**  **Bolo simples** | **Cereal com leite**  **Bisnaguinha com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Bife de panela**  **Purê**  **Salada**  **Bombom** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango à parmegiana**  **Couve**  **Salada / Fruta** | **Talharim ao molho rosê**  **Mini hamburguer**  **Espinafre**  **Salada / Fruta** | **Arroz e feijão**  **Frango cremoso**  **Batata portuguesa**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Peixe assado**  **Legumes soutê**  **Salada**  **Fruta** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com queijo branco**  **Brigadeiro de colher** | **Pão australiano com requeijão**  **Bolo de coco** | **Pão sírio com queijo e tomate**  **Iogurte de fruta** | **Pão de batata**  **Gelatina de uva** | **Pão de queijo**  **Pé de moça caseiro** |
|  | **28/06** | **29/06** | **30/06** | **01/07** | **02/07** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Ovo mexido**  **Pão francês com manteiga** | **Pão de cará com manteiga**  **Chocolate quente** | **Pão de forma com peito de peru** | **Misto frio**  **Bolo simples** | **Cereal com leite**  **Bisnaguinha com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Fricassê de frango**  **Salada**  **Mini pão de mel** | **Macarrão a bolonhesa**  **Brócolis**  **Salada**  **Fruta** | **Feijoada Kids**  **Salada**  **Fruta** | **Arroz e feijão**  **Churrasco misto**  **Farofa**  **Salada / Fruta** | **Arroz e feijão**  **Tirinhas de carne**  **Purê de cenoura**  **Salada / Fruta** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com presunto**  **Mousse de morango** | **Mini broa com requeijão**  **Bolo de fubá** | **Crepioca com queijo**  **Pipoca** | **Esfiha de carne**  **Gelatina de limão** | **Mexicano**  **Enroladinho de chocolate** |

* ***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***