**Cardápio Colégio São José - Novembro**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **01/11** | **02/11** | **03/11** | **04/11** | **05/11** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **-----------** | **--------** | **Pão francês com requeijão** | **Misto frio** | **Bisnaguinha com manteiga ou doce de leite** |
| **ALMOÇO** | **AULA SUSPENSA** | **FERIADO** | **Feijoada Kids****Salada****Fruta**  | **Macarronada com almôndegas de frango****Beterraba****Salada****Fruta**  | **Arroz e feijão****Kibe****Salada de legumes****Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **-------------** | **--------------** | **Torta de pizza****Mousse de limão** | **Bisnaguinha com requeijão****Bolo formigueiro** | **Pão de cará com presunto****Pavê de pêssego** |
|  | **08/11** | **09/11** | **10/11** | **11/11** | **12/11** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com requeijão** | **Pão francês com manteiga****Ovo mexido** | **Misto frio** | **Pão francês com requeijão****Bolo simples** | **Bisnaguinha com manteiga ou doce de leite** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão****Filé de frango****Creme de milho****Salada / Fruta**  | **Arroz e feijão****Carne assada****Farofa****Salada / Fruta**  | **Parafuso ao alho e óleo****Cubinhos de frango****Brócolis****Salada / Fruta** | **Arroz e feijão****Panqueca de carne****Couve****Salada / Fruta**  | **Arroz e feijão****Filé de peixe****Purê de mandioquinha****Salada / Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **Sanduíche natural de frango****Pipoca** | **Pão de queijo****Sorvete** | **Hamburguer****Gelatina de morango** | **Egg bread com requeijão****Bolo de banana** | **Pão francês com queijo****Brigadeiro de colher** |
|  | **15/11** | **16/11** | **17/11** | **18/11** | **19/11** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **------------** | **Pão francês com manteiga****Ovo mexido** | **Misto frio** | **Pão francês com requeijão****Bolo simples** | **Bisnaguinha com manteiga ou doce de leite** |
| **ALMOÇO** | **FERIADO** | **Raviolle ao sugo****Peito de frango assado****Cenoura****Salada / Fruta** | **Arroz e feijão****Bife de panela****Couve-flor gratinada****Salada / Fruta**  | **Arroz e feijão****Frango assado****Batatas douradas****Salada / Fruta**  | **Arroz e feijão****Carne moída à jardineira****Salada****Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **------------** | **Mexicano****Surpresa** | **Esfiha de frango****Gelatina de abacaxi** | **Pão de forma com requeijão****Bolo de laranja** | **Pão de cará com peito de peru****Bananinha** |
|  | **22/11** | **23/11** | **24/11** | **25/11** | **26/11** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com requeijão** | **Pão francês com manteiga****Ovo mexido** | **Misto frio** | **Pão francês com requeijão****Bolo simples** | **Bisnaguinha com manteiga ou doce de leite** |
| **ALMOÇO** | **Penne ao molho branco****Tirinhas de frango****Espinafre****Salada**  | **Arroz e feijão****Strogonoff de carne****Batata palha****Salada****Fruta**  | **Arroz e feijão****Peixe assado****Cenoura soutê****Salada** **Fruta**  | **Feijoada Kids****Salada****Fruta**  | **Arroz e feijão****Filé de frango à pizzaiolo****Batata doce****Salada****Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **Torrada****Iogurte de fruta** | **Pão de queijo****Paçoca** | **Quiche de queijo e presunto****Gelatina de uva** | **Mini broa com requeijão****Bolo de milho** | **Pão francês com queijo branco****Pudim** |
|  | **29/11** | **30/11** | **01/12** | **02/12** | **03/12** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com requeijão** | **Pão francês com manteiga****Ovo mexido** | **Misto frio** | **Pão francês com requeijão****Bolo simples** | **Bisnaguinha com manteiga ou doce de leite** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão****Picadinho de carne com legumes****Salada****Fruta**  | **Arroz e feijão****Churrasco misto****Farofa/vinagrete****Salada** **Fruta**  | **Arroz e feijão****Tirinhas de carne****Purê de abóbora****Salada****Fruta**  | **Arroz e feijão****Frango cremoso****Batatinha****Salada****Fruta**  | **Talharim ao molho rosê****Cubinhos de carne****Brócolis****Salada****Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de forma integral com queijo branco****Milho no pote** | **Mexicano** **Pão de mel** | **Hot dog****Gelatina de cereja** | **Pão sovado com requeijão****Bolo de chocolate** | **Pão de cará com queijo****Mousse de morango** |

* ***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 achocolatado , fruta e opção de bolacha salgada e doce.***
* ***Almoço - No momento estamos servindo diariamente, salada de alface e tomate.***
* ***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos alimentos.***

***Karina Tranjan***

***Nutricionista – CRN 18659***