**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***