**Cardápio Colégio São José - Fevereiro**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **31/01** | **01/02** | **02/02** | **03/02** | **04/02** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com requeijão** | **Queijo quente** | **Bisnaguinha com geleia** | **Pão francês com queijo** | **Pão de forma com requeijão**  **Cereal com leite** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Carne moída**  **Purê de batata**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango à pizzaiolo**  **Bolinho de arroz com cenoura**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Peixe assado**  **Legumes soutê**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Hamburguer de frango caseiro**  **Couve flor gratinada**  **Salada** | **Talharim gratinado**  **Cubinhos de carne**  **Beterraba**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com presunto**  **Brigadeiro de colher** | **Bisnaguinha com requeijão**  **Bolo de banana** | **Rap 10 com frango**  **Salada de frutas** | **Hamburguer**  **Gelatina de uva** | **Pão de queijo**  **Pé de moça** |
|  | **07/02** | **08/02** | **09/02** | **10/02** | **11/02** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com requeijão** | **Queijo quente** | **Bisnaguinha com geleia** | **Pão francês com queijo** | **Pão de forma com requeijão**  **Cereal com leite** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Cubinhos de frango**  **Batata assada com alecrim**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Carne assada**  **Farofa**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Fricassê de frango**  **Cenoura soutê**  **Salada** | **Nhoque ao sugo**  **Isca de carne**  **Espinafre**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Picadinho de frango com legumes**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com queijo branco**  **Mousse de maracujá** | **Mini broa com manteiga**  **Bolo de chocolate** | **Pãozinho com manteiga**  **Ovo mexido com tomate** | **Esfiha de carne**  **Gelatina de morango** | **Mexicano**  **Enroladinho de chocolate** |
|  | **14/02** | **15/02** | **16/02** | **17/02** | **18/02** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com requeijão** | **Queijo quente** | **Bisnaguinha com geleia** | **Pão francês com queijo** | **Pão de forma com requeijão**  **Cereal com leite** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Strogonoff de carne**  **Batata palha**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Frango assado**  **Batata soutê**  **salada** | **Penne ao molho rosê**  **Bife**  **Beterraba**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Panqueca de frango**  **Couve**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Isca de peixe**  **Salada de legumes** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de francês com peito de peru**  **Danoninho caseiro de uva** | **Pão doce com manteiga**  **Bolo de cenoura** | **Sanduíche natural de atum**  **Iogurte de fruta** | **Torta pizza**  **Gelatina de limão** | **Pão de queijo**  **Wafer de morango** |
|  | **21/02** | **22/02** | **23/02** | **24/02** | **25/02** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com requeijão** | **Queijo quente** | **Bisnaguinha com geleia** | **Pão francês com queijo** | **Pão de forma com requeijão**  **Cereal com leite** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão Tirinhas de frango**  **Repolho refogado** | **Arroz e feijão**  **Macarronada com almôndegas de carne**  **Brócolis**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Isca de frango**  **Purê de mandioquinha**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Escondidinho de carne seca**  **Cenourinha**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango**  **Chips de batata doce**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com queijo**  **Pudim** | **Pão de forma integral com requeijão**  **Bolo de milho** | **Pãozinho com manteiga**  **Milho no copinho** | **Croissant de frango**  **Gelatina de abacaxi** | **Mexicano**  **Sorvete** |
|  | **28/02** | **01/03** | **02/03** | **03/03** | **04/03** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **-------------** | **--------------** | **------------** | **Pão francês com queijo** | **Pão de forma com requeijão**  **Cereal com leite** |
| **ALMOÇO** | **FERIADO** | **FERIADO** | **FERIADO** | **Arroz e feijão**  **Frango cremoso**  **Mandioca**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Quibe de forno**  **Salada de legumes** |
| **LANCHE DA TARDE** | **-----------** | **-------------** | **------------** | **Pãozinho de ovo com requeijão**  **Bolo mesclado** | **Rap 10 com queijo e tomate**  **Leite fermentado** |

* ***A refeições (lanche da manhã e almoço) e o suco são retirados pelos alunos diretamente no balcão.***
* ***Lanches da manhã e da tarde – Todos os dias é servido suco ou leite achocolatado , fruta e opção de bolacha salgada e doce.***
* ***Saladas de alface e tomate.***
* ***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos alimentos.***

***Karina Tranjan***

***Nutricionista – CRN 18659***