

**Cardápio Colégio São José - Abril**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | **01/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** |  |  |  |  | **Pão de cará com peito de peru** |
| **ALMOÇO** |  |  |  |  | **Macarronada com almôndegas de frango**  **Vagem**  **Salada**  **Fruta** |
| **LANCHE DA TARDE** |  |  |  |  | **Pãozinho com manteiga**  **Omelete de forno** |
|  | **04/04** | **05/04** | **06/04** | **07/04** | **08/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com presunto** | **Pão sovado com requeijão** | **Pão francês com manteiga**  **Bolo simples** | **Bisnaguinha com queijo branco** | **Pão de cará com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango**  **Brócolis**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Cubinhos de carne**  **Purê**  **Salada** | **Penne ao molho branco**  **Tirinhas de frango**  **Beterraba**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Bife à cavalo**  **Farofa**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Fricassê de frango**  **Espinafre**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Mini broa com requeijão**  **Bolo de coco** | **Sanduíche natural de peite de peru e cream cheese**  **Iogurte** | **Quiche de queijo e presunto**  **Gelatina de abacaxi** | **Pão de queijo**  **Paçoca** | **Pão de cará com queijo**  **Danoninho caseiro de morango** |
|  | **11/04** | **12/04** | **13/04** | **14/04** | **15/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com presunto** | **Pão sovado com requeijão** | **Pão francês com manteiga**  **Bolo simples** | **--------------** | **-------------** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Bife à rolê**  **Batata soutê**  **Salada** | **Espaguete ao molho rosê**  **Tirinhas de frango**  **Cenourinha**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Strogonoff de carne**  **Batata palha**  **Salada** | **FERIADO** | **FERIADO** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pãozinho de mandioquinha com requeijão**  **Bombom** | **Pãozinho com manteiga**  **Bolo de cenoura** | **Cachorro quente de forno**  **Sorvete** | **--------------** | **------------** |
|  | **18/04** | **19/04** | **20/04** | **21/04** | **22/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com presunto** | **Pão sovado com requeijão** | **Pão francês com manteiga**  **Bolo simples** | **-----------** | **------------** |
| **ALMOÇO** | **Macarrão com atum**  **Brócolis**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Carne assada**  **Farofa**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango à pizzaiolo**  **Chips de batata doce**  **Salada** | **FERIADO** | **FERIADO** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de forma integral com requeijão**  **Bolo de fubá** | **Bisnaguinha integral com patê de ricota**  **Água de coco** | **Croissant de pizza**  **Gelatina de uva** | **---------------** | **--------------** |
|  | **25/04** | **26/04** | **27/04** | **28/04** | **29/04** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com presunto** | **Pão sovado com requeijão** | **Pão francês com manteiga**  **Bolo simples** | **Bisnaguinha com queijo branco** | **Pão de cará com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Bife de panela**  **Repolho**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Frango assado**  **Batatinha**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Quibe de forno**  **Ervilha e milho na manteiga**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Frango à parmegiana**  **Couve**  **Salada** | **Parafuso ao sugo**  **Tirinhas de carne**  **Pepino**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de milho com requeijão**  **Bolo de maçã** | **Pão de forma integral com queijo**  **Pipoca** | **Pastel assado de carne**  **Gelatina de framboesa** | **Pão de queijo**  **Enroladinho de goiaba** | **Pão francês com queijo branco**  **Banana caramelizada** |

* ***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.***
* ***Saladas de alface e tomate.***
* ***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos alimentos.***

***Karina Tranjan***

***Nutricionista – CRN 18659***