

**Cardápio Colégio São José - Junho**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **01/06** | **02/06** | **03/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** |  |  | **Pão de cará com geleia** | **Pão francês com manteiga**  **Iogurte de fruta** | **Bisnaguinha com queijo** |
| **ALMOÇO** |  |  | **Arroz e feijão**  **Churrasco misto**  **Vinagrete**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Panqueca de frango**  **Brócolis**  **Salada** | **Macarronada com almômdegas de carne**  **Vagem**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** |  |  | **Pão de cará com queijo**  **Doce de leite** | **Pão francês com presunto**  **Pavê de chocolate** | **Mini broa com requeijão**  **Bolo de morango** |
|  | **06/06** | **07/06** | **08/06** | **09/06** | **10/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com queijo** | **Pão francês com manteiga**  **Chocolate quente** | **Bisnaguinha com requeijão** | **Pão de cará com peito de peru** | **Pão francês com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Filé de frango**  **Purê de cenoura**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Feijoada Kids**  **Salada** | **Parafuso ao alho e óleo**  **Cubinhos de frango**  **Beterraba**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Bife à parmegiana**  **Batata soutê**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Isca de frango**  **Creme de milho**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Sanduíche natural de atum**  **Leite fermentado** | **Pão de queijo**  **Gelatina de uva** | **Mexicano**  **Bombom** | **Pão de cará com peito de peru**  **Arroz doce** | **Pão de forma com requeijão**  **Bolo de maçã** |
|  | **13/06** | **14/06** | **15/06** | **16/06** | **17/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com queijo** | **Pão francês com manteiga**  **Chocolate quente** | **Bisnaguinha com requeijão** | **-------------** | **------------** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Rocambole de carne**  **Chips de batata doce**  **Salada** | **Lasanha de presunto e queijo gratinada**  **Tirinhas de frango**  **Espinafre**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Peixe assado**  **Salada de legumes** | **FERIADO** | **AULA SUSPENSA** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Omelete de forno**  **Pãozinho com manteiga** | **Torta de frango**  **Gelatina de morango** | **Misto quente**  **Bananinha** | **--------------** | **--------------** |
|  | **20/06** | **21/06** | **22/06** | **23/06** | **24/06** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com queijo** | **Pão francês com manteiga**  **Chocolate quente** | **Bisnaguinha com requeijão** | **Pão de cará com peito de peru** | **Pão francês com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão**  **Picadinho de frango com legumes**  **Salada** | **Macarronada com almôndegas**  **Brócolis**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Fricassê de frango**  **Cenoura soutê**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Panqueca de carne**  **Couve**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Carne moída à jardineira**  **Salada** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão sírio com queijo e presunto** | **Croissant**  **Gelatina de abacaxi** | **Mexicano**  **Wafer de morango** | **Pão de cará com queijo**  **Mousse de chocolate** | **Pão de milho com requeijão**  **Bolo formigueiro** |
|  | **27/06** | **28/06** | **29/06** | **30/06** | **01/07** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão de cará com queijo** | **Pão francês com manteiga**  **Chocolate quente** | **Bisnaguinha com requeijão** | **Pão de cará com peito de peru** | **Pão francês com requeijão** |
| **ALMOÇO** | **Penne ao molho rosê**  **Filé de frango**  **Pepino**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Frango supremo**  **Batatinha**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Bife à rolê**  **Polenta mole**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Frango cremoso**  **Couve-flor à dorê**  **Salada** | **Arroz e feijão**  **Strogonoff de carne**  **Batata palha**  **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** | **Pão de queijo**  **Gelatina de morango** | **Pão francês com requeijão**  **Paçoca** |

* ***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***