**Cardápio Colégio São José – Maio**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **01/05** | **02/05** | **03/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** |  |  | **-------------** | **Mini broa com queijo branco** | **Pão de forma com requeijão****Pão de queijo** |
| **ALMOÇO** |  |  | **FERIADO** | **Arroz e feijão****Panqueca de frango****Batata palha****Salada** **Fruta**  | **Parafuso ao sugo****Tirinhas de carne****Pepino****Salada** **Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** |  |  | **--------------** | **Mexicano** **Barrinha de cereal** | **Pão de ovo com peito de peru****Gelatina de cereja** |
|  | **06/05** | **07/05** | **08/05** | **09/05** | **10/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão francês com requeijão** | **Misto frio** | **Pão de cará com geleia** | **Pão francês com manteiga****Iogurte de fruta** | **Bisnaguinha com queijo** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão****Cubinhos de frango****Creme de milho****Fruta**  |  **Feijoada kids****Salada** **Fruta** | **Arroz e feijão****Isca de peixe****Salada de legumes****Fruta**  | **Lasanha de presunto e queijo ao sugo****Cubinhos de carne****Chuchu****Salada** **Fruta** | **Arroz e feijão****Strogonoff de frango****Batata palha****Salada** **Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de cará com queijo****Biscoito de banana com canela** | **Esfiha de carne****Gelatina de morango** | **Pão de ovo com manteiga****Bolo de cenoura** | **Bisnaguinha com requeijão****Doce de leite de colher** | **Mexicano****Polvilho**  |
|  | **13/05** | **14/05** | **15/05** | **16/05** | **17/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão francês com requeijão** | **Misto frio** | **Pão de cará com geleia** | **Pão francês com manteiga****Iogurte de fruta** | **Bisnaguinha com queijo** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão****Bife de panela****Polenta mole****Salada** **Fruta**  | **Arroz e feijão****Frango cremoso****Batatinha****Salada** **Fruta** | **Talharim ao molho rosê****Tirinhas de carne****Espinafre****Salada** **Fruta**  | **Arroz e feijão****Frango assado****Batata soutê****Salada** **Fruta**  | **Arroz e feijão****Quibe de forno****Legumes na manteiga****Salada** **Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **Bisnaguinha com peito de peru****Pé de moça** | **Pão de batata de presunto e queijo****Gelatina de uva** | **Pão francês com manteiga****Bolo de coco** | **Broa com requeijão****Mousse de chocolate** | **Pão de queijo** **Iogurte de morango**  |
|  | **20/05** | **21/05** | **22/05** | **23/05** | **24/05** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão francês com requeijão** | **Misto frio** | **Pão de cará com geleia** | **Pão francês com manteiga****Iogurte de fruta** | **Bisnaguinha com queijo** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão****Frango xadrez****Salada****Fruta**  | **Linguini à parisiense****Tirinhas de carne****Pepino****Salada** **Fruta** | **Arroz e feijão****Filé de frango****Mix de batatas****Salada** **Fruta**  | **Arroz e feijão****Escondidinho de carne seca****Couve****Salada****Fruta**  | **Arroz e feijão****Peixe assado****Mandioquinha soutê****Salada** **Fruta**  |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão de forma com presunto****Wafer de chocolate** | **Mini pizza****Gelatina de framboesa** | **Pão de cará com manteiga****Bolo formigueiro** | **Pão francês com requeijão****Danoninho caseiro de morango** | **Sanduíche de atum****Pipoca**  |
|  | **27/05** | **28/05** | **29/05** | **30/05** | 31/05 |
| **LANCHE DA MANHÃ** | **Pão francês com requeijão** | **Misto frio** | **Pão de cará com geleia** | **--------------** | **-------------** |
| **ALMOÇO** | **Arroz e feijão****Carne moída à jardineira****Salada** **Fruta**  | **Arroz e feijão****Frango à pizzaiolo****Batata palha****Salada** **Fruta**  | **Arroz e feijão****Bife de panela****Cenoura soutê****Salada** **Fruta** | **FERIADO** | **AULA SUSPENSA** |
| **LANCHE DA TARDE** | **Pão francês com frios****Surpresa**  | **Croissant de frango****Gelatina de abacaxi** | **Pão de cará com manteiga****Bolo de milho** | **---------------** | **----------------** |

* ***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***