

JUNHO À AGOSTO/2019

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO – 1ª SEMANA

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral com brócolis Feijão Tomate Liguiça assada Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Strogonoff de Carne Batata Palha Suco Natural	Alface Arroz/Feijão Macarrão Bolonheza Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Tiras de frango / milho Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Mix de 2 folhas Panqueca de Carne com ovo cozido Suco Natural SOBREMESA: BOMBOM
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Bisnaguinha com manteiga Fruta	Suco Natural Mini Pão francês com requeijão Fruta	Suco Natural Bolo de coco Biscoito de polvilho Fruta	Suco Natural Pão Frances com requeijão Fruta	Suco Natural Pão de queijo Fruta
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão Carne desfiada com Batata Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Frango em cubos com legumes Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Tiras de Carne com batata e couve-flor Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Frango Cenoura Suco Natural	Sopa de Batata e com carne Suco Natural

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190

JUNHO À AGOSTO/2019

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO – 2ª SEMANA

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral Feijão Mix de 2 folhas Carne de Panela com cenoura Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Tomate Coxa de Frango e Sob coxa Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne em cubos com legumes variados Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Frango em cubos com abóbora madura Suco Natural	Strogonoff de frango Suco Natural SOBREMESA: Bis
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Bisnaguinha margarina/manteiga Fruta	Suco Natural Pão Frances com requeijão Fruta	Suco Natural Biscoito polvilho Bolo de Banana Fruta	Suco Natural Bisnaguinha com requeijão Fruta	Suco Natural Pão de queijo Fruta
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão Frango desfiado com purê de batata e batata palha Suco Natural	Alface Macarrão à bolonhesa Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Strogonoff de Frango Batata Palha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne desfiada e cenoura Suco Natural	Sopa de feijão com carne Suco Natural

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190

JUNHO À AGOSTO/2019

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO – 3ª SEMANA

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral Feijão Brócolis cozido Almondegas de carne Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Iscas de frango com purê misto (batata e cenoura) Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne em tiras Suco Natural	Arroz Branco/Integral com cenoura Feijão Frango em cubos couve-flor Suco Natural	Arroz Branco Feijão Lingüiça assada Couve refogada Suco Natural SOBREMESA: Bis
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Bisnaguinha com requeijão Fruta	Suco Natural Mini pão francês com Margarina/manteiga Fruta	Suco Natural Biscoito polvilho Bolo de chocolate simples Fruta	Suco Natural Pão Francês Fruta	Suco Natural Pão de queijo Fruta
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão Frango em cubos legumes Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne moída Purê de Batata Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Coxa e sobrecoxa de frango assadas com legumes Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne moída com cenoura e inhamé Suco Natural	Sopa de macarrão com Legumes e carne Suco Natural

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190

JUNHO À AGOSTO/2019

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO – 4ª SEMANA

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral Feijão Frango em tiras com brócolis e couve-flor Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Mix de 2 folhas Carne de panela com legumes Suco Natural	Strogonoff de frango Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne moída com chuchu Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Tomate Panqueca de Frango com milho Suco Natural SOBREMESA: Bis
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Bisnaguinha com queijo Fruta	Suco Natural Mini pão francês com requeijão Fruta	Suco Natural Biscoito água e sal Bolo de fubá Fruta	Suco Natural Pão Frances com requeijão Fruta	Suco Natural Pão de Queijo Fruta
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão Mix de 2 folhas Batata doce assada <u>omelete de legumes</u> Suco Natural	Arroz Branco/Integral com brócolis Feijão Coxa e sobrecoxa assada com batata Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Mix de 2 folhas Carne em cubos com mandioca e ervilha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Tomate e cebola Frango desfiado com legumes e purê de batata Suco Natural	Sopa de Batata e Mandioquinha com Carne Suco Natural

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190