

SETEMBRO/2017

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO - 1ª SEMANA (04/09 a 08/09)

DIAS	04/09	05/09	06/09	07/09	08/09
CAFÉ DA MANHÃ	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	FERIADO	FERIADO
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral Feijão Carne de Panela com Batata Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Coxa de Frango no molho com ervilha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne desfiada com milho Suco Natural		
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Pão de cenoura com patê de ricota temperada Fruta	Suco Natural Mini Pão francês com Fruta	Suco Natural Bolo de coco Biscoito de polvilho Fruta		
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão Frango em cubos com abóbora madura Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Isclas de carne com mandioca Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Isclas de frango com purê misto (batata e cenoura) Suco Natural		

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190

SETEMBRO/2017

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO - 2ª SEMANA (11/09 À 15/09)

DIAS	11/09	12/09	13/09	14/09	15/09
CAFÉ DA MANHÃ	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral Feijão Carne em cubos com brócolis e cenoura Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Abobrinha refogada e temperada Frango em tiras Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Strogonoff de Carne Batata Palha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Frango com requeijão Batata doce cozida Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne em tiras com ervilha e milho Suco Natural
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Pão de cenoura com queijo branco Fruta	Suco Natural Mini Pão francês com queijo mussarela Fruta	Suco Natural Bolacha água e sal <u>BOLO DE BANANA COM UVAS PASSAS</u> Fruta	Suco Natural Bisnaguinha Integral com margarina/manteiga Fruta	Suco Natural Pão de Leite com requeijão Fruta
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão MiPeixe à milanesa/ <u>omelete de legumes</u> Purê de Batata Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne de panela com mandioquinha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Espinafre refogado Isclas de Frango Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Hambúrguer de Carne moída com queijo/tomate/orégano Suco Natural	Sopa de Legumes com carne e macarrão Suco Natural

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190

SETEMBRO/2017

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO - 3ª SEMANA (18/09 À 22/09)

DIAS	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09
CAFÉ DA MANHÃ	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral Feijão Frango em cubos com abóbora madura Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Iscas de carne com mandioca Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Iscas de frango com purê misto (batata e cenoura) Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Rabanete em rodela Carne em cubos Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Sobrecoxa de Frango assada com mel Suco Natural
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Mini Misto frio (Mini pão francês com queijo) Fruta	Suco Natural Bisnaguinha integral com requeijão e queijo Fruta	Suco Natural Bolacha cream cracker <u>BOLO DE ABOBRINHA</u> Fruta	Suco Natural Mini Pão de fubá com margarina/manteiga Fruta	Suco Natural Pão de Leite com Requeijão Fruta
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão Carne de Panela com Batata Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Coxa de Frango no molho com ervilha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne desfiada com milho Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Cenoura ralada Escondidinho de Frango Suco Natural	Sopa de feijão com macarrão integral Suco Natural

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190

SETEMBRO/2017

CARDÁPIO COLÉGIO OBJETIVO - 4ª SEMANA (25/09 À 29/09)

DIAS	25/09	26/09	27/09	28/09	29/09
CAFÉ DA MANHÃ	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta	Leite* Suco Natural ou Fruta
ALMOÇO	Arroz Branco/Integral Feijão Peixe à milanesa/ <u>omelete de legumes</u> Purê de Batata Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Carne de panela com mandioquinha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Espinafre refogado Iscas de Frango Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Hambúrguer de Carne moída com queijo/tomate/orégano Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Frango desfiado com chuchu Suco Natural
LANCHE DA TARDE	Suco Natural Pão de queijo Fruta	Suco Natural Mini pão francês com requeijão Fruta	Suco Natural Pão Integral com queijo branco Fruta	Suco Natural Biscoito de polvilho Bolo de coco Fruta	<u>SUCO DE LARANJA COM MORANGO</u> Pão de Leite com Maionese Fruta
JANTAR	Arroz Branco/Integral Feijão Carne em cubos com brócolis e cenoura Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Abobrinha refogada e temperada Frango em tiras Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Strogonoff de Carne Batata Palha Suco Natural	Arroz Branco/Integral Feijão Frango com requeijão Batata doce cozida Suco Natural	Sopa de mandioquinha com frango desfiado Suco Natural

Mariana M. Cardenas
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 27.190