

CARDÁPIO ALFA CASTELO e CASTELINHO Blumenau

ABRIL/2019

Segunda-feira (01/04)	Terça-feira (02/04)	Quarta-feira (03/04)	Quinta-feira (04/04)	Sexta-feira (05/04)
Peito de frango na chapa Arroz integral/ Feijão Torta de legumes Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Bolinho de carne assado Arroz integral/ Feijão Canja Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Peito de frango enfarofado Arroz integral/ Feijão Macarrão ao molho de tomate com brócolis Repolho refogado 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Enroladinho de carne com legumes Arroz integral/ Feijão Polenta com queijo Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Coxa e sobrecoxa assada Arroz / Feijão Lasanha de carne com legumes Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água
Segunda-feira (08/04)	Terça-feira (09/04)	Quarta-feira (10/04)	Quinta-feira (11/04)	Sexta-feira (12/04)
Frango xadrez Arroz integral/ Feijão Batata doce ao forno Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Cubinhos de carne ensopada com abóbora Arroz integral/ Feijão Pastelão de frango com legumes Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Peixe assado Arroz / Feijão Macarrão integral ao molho de tomate com parmesão ralado Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Estrogonofe de frango com brócolis e cenoura Arroz integral/ Feijão Batata gratinada com manteiga e ervas Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Bolo de carne recheado com mussarela Arroz integral/ Feijão Torradinha de pão caseiro com azeite de oliva e manjeriço Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água
Segunda-feira (15/04)	Terça-feira (16/04)	Quarta-feira (17/04)	Quinta-feira (18/04)	Sexta-feira (19/04)
Peito de frango acebolado Arroz integral/ Feijão Purê de abóbora com carne gratinado Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Almôndegas de carne ao molho branco Arroz integral/ Feijão Macarrão na manteiga Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Sobrecoxa de frango ao molho vermelho Arroz integral/ Feijão Polenta Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Estrogonofe de carne Arroz integral/ Feijão Canja/ Pãozinho caseiro Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	FERIADO
Segunda-feira (22/04)	Terça-feira (23/04)	Quarta-feira (24/04)	Quinta-feira (25/04)	Sexta-feira (26/04)
Cubos de carne ensopada com abóbora Arroz integral/ Feijão Macarrão com orégano Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Frango assado Arroz integral/ Feijão Nhoque com molho de tomate e parmesão Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Peixe na chapa Arroz integral/ Feijão Purê de batata Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Ovo mexido Arroz integral/ Feijão Pastelão de carne Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água	Iscas de carne acebolada Arroz integral/ Feijão Polenta ao molho sugo Farofa funcional 3 tipos de saladas Fruta/ Água

OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) O arroz será servido com 50% arroz integral e 50% arroz parboilizado, o mesmo se aplica para as massas e outras preparações integrais. 3) A farofa será variada ao longo dos dias: farofa com açafraão, aveia, tempero verde, etc. 4) Todos os dias será servido 3 tipos de saladas (2 cruas e 1 cozida) e fruta de sobremesa. Qualquer dúvida ou sugestão, favor entrar em contato com a Nutricionista do Colégio. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: LARISSA ZUTTER – CRN 2127.