



Segunda-feira (30/04)	Terça-feira (01/05)	Quarta-feira (02/05)	Quinta-feira (03/05)	Sexta-feira (04/05)
PLANTÃO Carne moída ensopada Arroz /Arroz integral/ Feijão Espaguete 2 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	FERIADO	Peito de frango na chapa Arroz /Arroz integral/ Feijão Penne alho e óleo com ervas Refogado de berinjela com carne moída 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Bife acebolado Arroz /Arroz integral/ Feijão Polenta com queijo ralado Canja 6 tipos de saladas/Fruta/ Água/ Suco	Frango assado Arroz /Arroz integral/ Feijão Espaguete integral ao molho de tomate Banana à milanesa 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco
Segunda-feira (07/05)	Terça-feira (08/05)	Quarta-feira (09/05)	Quinta-feira (10/05)	Sexta-feira (11/05)
Peito de frango acebolado Arroz /Arroz integral/ Feijão Macarronada Refogado de abobrinha 5 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Carne de panela recheada Arroz /Arroz integral/ Feijão Parafuso com azeite de oliva e orégano Bolinho de aipim 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Peixe na chapa Arroz /Arroz integral/ Feijão Purê de batata Couve-flor gratinada 5 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Iscas de frango Arroz /Arroz integral/ Feijão Penne sem glúten ao molho de tomate e manjericão Brócolis assado com azeite de oliva e parmesão 5 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Estrogonofe de carne Arroz /Arroz integral/ Feijão Batata doce chips Sopa de frango com aletria e legumes 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco
Segunda-feira (14/05)	Terça-feira (15/05)	Quarta-feira (16/05)	Quinta-feira (17/05)	Sexta-feira (18/05)
Cubos de carne ensopada com batata salsa Arroz /Arroz integral/ Feijão Tirinhas de aipim com ervas Farofa 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Frango xadrez Arroz /Arroz integral/ Feijão Pastelão de carne Cenoura palito refogada 5 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Hambúrguer de peixe Arroz /Arroz integral/ Feijão Sopa de frango com aletria e legumes Pãozinho integral caseiro 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Almôndegas ao molho branco Ovo mexido com manteiga ghee Arroz /Arroz integral/ Feijão Batata gratinada com azeite de oliva e ervas 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Frango assado Arroz /Arroz integral/ Feijão Nhoque ao molho de tomate e queijo ralado Repolho refogado 5 tipos de saladas/ Fruta / Água/ Suco
Segunda-feira (22/05)	Terça-feira (23/05)	Quarta-feira (24/05)	Quinta-feira (25/05)	Sexta-feira (26/05)
Peito de frango com brócolis Arroz /Arroz integral/ Feijão Pão quente Legumes assados 5 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Bife acebolado Arroz /Arroz integral/ Feijão Parafuso ao molho de tomate e queijo ralado Polenta 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Estrogonofe de frango Arroz /Arroz integral/ Feijão Batata gratinada com manteiga ghee Carreteiro 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Bisteca acebolada Arroz /Arroz integral/ Feijão Sopa de carne com aletria e legumes Torradinha de pão integral com azeite de oliva e orégano 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Carne de forno Arroz /Arroz integral/ Feijão Espaguete ao molho sugo Torta de legumes 5 tipos de saladas/ Fruta / Água/ Suco
Segunda-feira (28/05)	Terça-feira (29/05)	Quarta-feira (30/05)	Quinta-feira (31/05)	Sexta-feira (01/06)
Cubos de carne ensopada com cenoura e batata Arroz /Arroz integral/ Feijão Torradinha de pão francês com queijo, tomate e orégano Vagem refogada 5 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Frango assado com batatas Arroz /Arroz integral/ Feijão Legumes quentes (couve-flor, brócolis, vagem e cenoura) Polenta palito 5 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	Bife rolê Arroz /Arroz integral/ Feijão Espaguete com azeite de oliva e manjericão Farofa 6 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco	FERIADO	PLANTÃO Frango ao molho de tomate Arroz /Arroz integral/ Feijão Polenta 2 tipos de saladas/ Fruta/ Água/ Suco

O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. Todos os dias serão servidos água e suco. O arroz será servido com 50% arroz integral e 50% arroz parboilizado. Qualquer dúvida ou sugestão, favor entrar em contato com a Nutricionista do Colégio. **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: LARISSA ZUTTER – CRN 2127.**