

# CARDÁPIO COLÉGIO PADRÃO MAIO 2019

DIA/TURNO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE TARDE
<b>1 ,3 e 5 SEMANA (29/04-03/05; 13/05-17/05;27/05-31/05)</b>			
SEGUNDA-FEIRA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Maçã</li> <li>-Suco natural de caju</li> <li>-Bisnaguinha com carne moída</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hortaliças do dia: Beterraba + Cenoura</li> <li>-Ovos mexidos ou isca de frango</li> <li>-Arroz + Macarrão + feijão verde</li> <li>-Suco natural de abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Cuscuz com ovos</li> </ul>
TERÇA-FEIRA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Tangerina</li> <li>-Suco natural de uva</li> <li>-Cookies cacau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saladinha de tomate e alface</li> <li>-Bife acebolado ou Frango no forno</li> <li>-Arroz c/ cebola + Purê + feijão carioca</li> <li>-Suco natural de goiaba</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Hamburguinho caseiro</li> </ul>
QUARTA-FEIRA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Uva</li> <li>-Suco natural de acerola</li> <li>-Bolo de laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saladinha de cebola + tomate</li> <li>-Sobrecoxa de frango ou bolinho de carne</li> <li>-Arroz + Macarrão+ feijão preto</li> <li>-Suco natural de tangerina</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Pipoca caseira</li> </ul>

<b>QUINTA-FEIRA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Pera</li> <li>-Suco natural de maracujá</li> <li>-Queijo quente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hortaliças do dia: Abobrinha + chuchu</li> <li>-Omelete de frango ou fígado</li> <li>-Arroz + farofa de cenoura + feijão carioca</li> <li>-Suco natural manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Pizza caseira</li> </ul>
<b>SEXTA-FEIRA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Banana</li> <li>-Iogurte de frutas</li> <li>-Biscoito de leite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saladinha de tomate e alface</li> <li>-Peixe cozido ou frango guisado</li> <li>-Arroz + Macarrão + Purê</li> <li>-Suco natural de uva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Rocambole de frango</li> </ul>

**2 e 4 SEMANA (06/05-10/05; 20/05-24/05)**

<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Uva</li> <li>-Suco natural de tangerina</li> <li>-Salgadinho de queijo caseiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hortaliça do dia: Abóbora + brócolis</li> <li>-Filé ao molho vermelho ou coxinha de frango</li> <li>-Arroz + Farofa de alho + feijão carioca</li> <li>-Suco natural de caju</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Tapioca de frango</li> </ul>
<b>TERÇA-FEIRA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Maçã</li> <li>-Suco natural de Uva</li> <li>-Bolo de leite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saladinha de tomate e alface</li> <li>-Almôndegas de carne ou isca de carne</li> <li>-Arroz + Purê + feijão verde</li> <li>-Suco natural de manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Sopa de legumes</li> </ul>

<b>QUARTA-FEIRA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Abacaxi</li> <li>-Suco natural uva</li> <li>-Biscoito de cacau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saladinha de tomate e cenoura</li> <li>-Frango ao molho branco ou Ovos cozidos</li> <li>-Arroz + Macarrão + Feijão preto</li> <li>-Suco natural de goiaba</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Pastel de queijo</li> </ul>
<b>QUINTA-FEIRA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Banana</li> <li>-Suco natural de acerola</li> <li>-Bolo formigueiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hortaliças do dia: Beterraba + Abobrinha</li> <li>-Bife guisado ou Strogonoff fango</li> <li>-Arroz + Batata rodelas forno + Feijão carioca</li> <li>-Suco natural de tangerina</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Sopa de feijão</li> </ul>
<b>SEXTA-FEIRA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta: Pera</li> <li>-Leite c/ cacau</li> <li>-Cereal matinal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saladinha de tomate e alface</li> <li>-Peixe empanado ou bife</li> <li>-Arroz + Macarrão + Purê</li> <li>-Suco natural de maracujá</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Suco natural fruta</li> <li>-Torradas c/ patê de frango</li> </ul>

### OBSERVAÇÃO

-Os alunos que não aceitarem determinado alimento, será oferecido outro, porém uma opção SAUDÁVEL.  
-Cardápio pode ser alterado de acordo com a sazonalidade e disponibilidade dos alimentos.

