

COLÉGIO SINODAL - BILÍNGUE E INTEGRAL

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN: 9889

ANO: 2020

CARDÁPIO SEMANAL DE 16/03 à 20/03

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Feijão preto Bife grelhado Massa espaguete Legumes ao shoyo	Arroz branco Lentilha Filé de frango grelhado Purê de batata Brócolis refogado	Arroz Feijão preto Carne de panela Polenta cremosa Legumes na manteiga	Arroz branco Feijão de cor Filé de frango grelhado Ovo Batata rústica	Arroz integral Feijão preto Almondegas ao sugo Massa caseira Jardineira de legumes
SALADAS	Alface americana Tomate	Couve flor Beterraba cozida	Pepino palito Cenoura cozida palito	Vagem Tomate	Brócolis Cenoura cozida
SUCO	Laranja	Uva integral	Limão	Laranja	Limão
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

- Cardápio sujeito a mudanças de acordo com a oferta do mercado.
- É oferecido água no almoço.

COLÉGIO SINODAL - BILÍNGUE E INTEGRAL

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN: 9889

ANO: 2020

CARDÁPIO SEMANAL DE 23/03 à 27/03

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Feijão preto Cubos de frango grelhado ao sugo Massa Vegetais	Arroz branco Lentilha Strogonoff de carne Batata no vapor Legumes	Arroz branco Feijão preto Filé de frango grelhado Polenta cremosa Brócolis crocante na manteiga	Arroz branco Feijão de cor Hamburguer com queijo Ovo Batata rústica	Arroz branco Feijão preto Moída ao sugo Nhoc Legumes
SALADAS	Alface americana Tomate	Couve flor Beterraba cozida	Tomate Alface americana	Pepino palito Beterraba cozida	Chuchu Tomate
SUCO	Laranja	Limão	Abacaxi	Laranja	Uva Integral
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

- Cardápio sujeito a mudanças de acordo com a oferta do mercado.
- É oferecido água no almoço.