

COLÉGIO SINODAL - BRINQUEDOTECA E FUNDAMENTAL

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN:9889

ANO: 2018

CARDÁPIO SEMANAL DE 03/12 à 07/12

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Lentilha Carne de panela Torta de legumes	Arroz branco Feijão preto Batatinha com cenoura e moída Ovos mexidos	Arroz branco Feijão preto Frango com molho Tortéi Couve com farofa	Arroz branco Feijão vermelho Panqueca de carne Jardineira de legumes	Arroz branco Feijão preto Coxinha da asa Polenta cremosa Mini pizza de legumes
SALADAS	Couve flor Tomate	Brócolis Beterraba cozida	Cenoura cubinho cozida Alface americana	Beterraba cozida Tomate	Cenoura ralada com ovinhos de codorna Brócolis
SUCO	Uva Integral	Laranja	Maracujá	Limão	Laranja
SOBREMESA	Fruta: Melancia	Fruta: Laranja de umbigo e morango	Fruta: Abacaxi e mamão	Fruta: Melancia	Fruta: Salada de frutas

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

COLÉGIO SINODAL - BRINQUEDOTECA E FUNDAMENTAL

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN:9889

ANO: 2018

CARDÁPIO SEMANAL DE 10/12 à 14/12

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Lentilha Cubos de frango ao sugo Massa espaguete Milho espiga	Arroz branco Feijão preto Mini hamburguer Batata corada Jardineira de legumes	Arroz branco Feijão preto Filézinho de frango grelhado Massa integral Pastel de legumes	Arroz branco Feijão vermelho Coxinha da asa Purê de batata com cenoura	Arroz branco Feijão preto Carne de panela Suflê de legumes
SALADAS	Cenoura palito cozida Pepino japonês	Beterraba cozida Repolho verde	Brócolis Alface americana	Couve flor Toamate	Cenoura ralada com ovinhos de codorna Brócolis
SUCO	Uva Integral	Laranja	Maracujá	Limão	Laranja
SOBREMESA	Fruta: Melancia	Fruta: Melão e morango	Fruta: Abacaxi e mamão	Fruta: Melancia	Fruta: Salada de frutas

• Cardápio sujeito a mudanças de acordo com a oferta do mercado.

• É oferecido água no almoço.

Brócolis
Pepino japonês