



REFEIÇÃO	04/10/21	05/10/21	06/10/21	07/10/21	08/10/21	11/10/21	12/10/21	13/10/21	14/10/21	15/10/21
LANCHE	Pão massinha c/ frios Suco frutas	Mini- salgado de forno Achocolatado Leite morno Frutas	Pizza Margarita Suco de frutas Frutas	Pão cacetinho c/ requeijão Café com leite ou leite morno Frutas	Achocolatado Pão massinha com queijo Frutas	FERIADO	FERIADO	Bolacha salgada com requeijão Achocolatado Frutas	Pizza de frango Suco de frutas Fruta	Bolo de laranja Suco de frutas Frutas
ALMOÇO	Arroz / feijão Frango com farofa Polenta ao pomodoro Salada: Jardineira	Arroz / feijão de cor Isclas de carne aceboladas Purê de batatas Sala. Beterraba c/ cenoura Sob. Musse Maracujá	Arroz/Feijão Galinha ao molho de tomates Talharam ao natural c/ beterraba Salada de alface	Arroz / lentilha Lasanha Bolonesa Sal. Couve-flor Sob. Salada de frutas	ALMOÇO ESPECIAL 			Arroz / feijão Escondidinho de carne Refogado de legumes Salada verde	Arroz / feijão Bolinho de peixe Batatas gratinadas Salada mista Sob. Torta de bolacha	Arroz / lentilha Carne de panela Macarrão penne ao molho natural Salada de tomate
REFEIÇÃO	18/10/21	19/10/21	20/10/21	21/10/21	22/10/21	25/10/21	26/10/21	27/10/21	28/10/21	29/10/21
LANCHE	Empadinha de carne Suco Frutas	Pão cacetinhoc/ patê caseiro Café com leite ou leite morno Frutas	Bolo de cenoura Suco de frutas Frutas	Salgado de forno Suco de frutas Frutas	Chocolate quente Bolacha salgada com queijo Frutas	Pizza de frios Suco de frutas Fruta	Bolo caseiro Achocolatado ou leite morno quente Fruta	Pão de queijo Suco Frutas	Misto quente Suco de frutas Frutas	Mini esfiha Suco Frutas
ALMOÇO	Arroz / feijão Picadinho ao molho de tomates Nhoque da sorte Salada mista	Arroz / Lentilha Bife ao molho roti Polenta assada Sal. colorida Sob. Pêssego picadinho	Arroz/ feijão Bife com queijo Sufê de legumes Salada de alface e tomate	Arroz / Feijão Peixe crocante Purê de batatas Salada mista Sob. Fondue de chocolate com frutas	Arroz / feijão Almôndegas enopadas Talharam ao sugo Salada de beterraba	Arroz/Feijão Escalopinho ao molho roti Sufê de queijo Salada verde	Arroz Lentilha Tirinhas de frango ao molho de tomates Polenta palito Sal. Colorida Sob. Salada de fruta	Arroz/ feijão Hambúrguer pizzaiolo Purê colorido Salada de beterraba e couve-flor	Arroz / feijão Estrogonofe Batata palha Jardineira de legumes Salada mista SOBREMESA ESPECIAL: ANIVERSÁRIOS DO MÊS 	Arroz / feijão Bife de frango empanado Macarrão ao molho de tomates Salada de folhas verdes e cenoura



Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.



Oferecemos diariamente como sobremesa fruta e arroz integral no almoço.



Maria Cristina F. da Silva
Nutricionista CRN-2 2779
Mestre em Nutrição



Intolerância ou Alergia à Lactose

REFEIÇÃO	04/10/21	05/10/21	06/10/21	07/10/21	08/10/21	11/10/21	12/10/21	13/10/21	14/10/21	15/10/21
LANCHE	Pão cacetinho presunto Suco frutas	Bolacha especial Leite especial Frutas	Pizza de presunto Suco de frutas Frutas	Torradinha de forno c/ margarina Becel Leite especial	Bolacha salgada Leite especial Frutas	FERIADO	FERIADO	Bolacha salgada Frutas Leite especial	Pizza de frango Suco de frutas Fruta	Bolo sem leite Suco de frutas Frutas
ALMOÇO	Arroz / feijão Frango com farofa Polenta ao pomodoro Salada: Jardineira	Arroz / feijão de cor Isclas de carne aceboladas Purê de batatas sem leite Sala. Beterraba c/ cenoura Sob. fruta	Arroz/Feijão Galinha ao molho de tomates Tallarim ao natural c/ beterraba Salada de alface	Arroz / lentilha Bife na chapa Torta de legumes Sal. Couve-flor Sob. Fruta	ALMOÇO ESPECIAL 			Arroz / feijão Escondidinho de carne Refogado de legumes Salada verde	Arroz / feijão Bolinho de peixe Batatas assada Salada mista Sob. Fruta	Arroz / lentilha Carne de panela Macarrão parafuso c/ legumes Salada de tomate
REFEIÇÃO	18/10/21	19/10/21	20/10/21	21/10/21	22/10/21	25/10/21	26/10/21	27/10/21	28/10/21	29/10/21
LANCHE	Pão com geléia Suco Frutas	Baguete com presunto Leite especial frutas	Bolo de cenoura sem leite suco de frutas Frutas	Pão de forma c/ chester Leite especial Frutas	Bolacha c/ presunto Leite especial Frutas	Pizza de presunto de tomates Suco de frutas Fruta	Bolo sem leite Leite especial Fruta	Pão c/ geléia Suco Frutas	Torrada de presunto Leite especial frutas	Bolacha salgada com geléia Suco frutas
ALMOÇO	Arroz / feijão Picadinho ao molho de tomates Nhoque da sorte Salada mista	Arroz /Lentilha Bife ao molho roti Polenta assada Sal. colorida Sob. Pêssego picadinho	Arroz/ feijão Bife com queijo legumes sem leite Salada de alface e tomate	Arroz / Feijão Peixe crocante Purê de batatas sem leite Salada mista Sob. Fruta	Arroz / feijão Almôndegas ensopadas Tallarim ao sugo Salada de beterraba	Arroz/Feijão Escalopinho ao molho roti Refogado de legumes Polenta palito Sal. Colorida Sob. Salada de fruta	Arroz Lentilha Tirinhas de frango ao molho de tomates Polenta palito Sal. Colorida Sob. Salada de fruta	Arroz / feijão Hambúrguer Purê colorido sem leite Salada de beterraba e couve-flor	Arroz / feijão Picadinho de carne Batata palha Jardineira de legumes Salada mista SOBREMESA ESPECIAL: ANIVERSÁ- RIOS DO MÊS 	Arroz / feijão Bife de frango empanado Macarrão ao molho de tomates Salada de folhas verdes e cenoura



Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.



Conforme combinado em entrevista com os responsáveis pelo aluno alimentos de marcas especiais devem ser encaminhados para o colégio para a produção das preparações especiais de acordo com os cuidados alimentares

