

# Cardápio de Agosto 2022 – La Salle Santo Antônio

DIA	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08	15/08	16/08
REFEIÇÃO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Segunda-feira	Terça-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	- Fruta Fracionada - Sanduichinhos - Suco Integral sem açúcar	- Fruta Fracionada - Mini Pão de queijo - Vitamina de Banana	- Fruta Fracionada - Bolo caseiro - Cenoura e laranja - Suco Integral sem açúcar	- Fruta Fracionada - Pão Filão com requeijão - Suco Integral sem açúcar	- Buffet de frutas - Cereal s/ açúcar - Iogurte - Biscoito Salgado	-Fruta Fracionada - Pão massinha c/ requeijão, queijo e peito frango. - Suco Integral sem açúcar	-Fruta Fracionada - Bolo de Beterraba e Cacau - Suco Integral sem açúcar	-Fruta Fracionada - Mini croissant de frango - Suco Integral sem açúcar	-Fruta Fracionada - Mediluna c/ requeijão - Iogurte de morango	- Fruta Fracionada - Pizza caseira marguerita - Suco Integral sem açúcar	-Fruta Fracionada - Pão de cenoura com Nata ou mel (opcional) -Leite com cacau	- Fruta Fracionada - Bolo de chocolate - Suco Integral sem açúcar
<b>ALMOÇO</b>	- Arroz - Feijão - Frango grelhado - Macarrão - Molho Branco (separado) - Queijo ralado - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar.	-Arroz - Feijão - Iscas gado acebolado - Polenta cremosa - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	- Arroz - Feijão - Peixe a Dorê - Guisadinho - Purê de Batata - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	- Arroz - Feijão - Frango Crysipi (na farinha milho) - legumes na manteiga - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão/ Lentilha -Carne de Panela - moranga refogada - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Frango - Escabelado c/ molho - Batata rústica - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Coraçozinho grelhado/ Frango grelhado - Farofinha - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	Arroz -Feijão - Frango com molho - Macarrão Colorido - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	- Arroz -Feijão - Strogonoff de gado - Batata palha - Saladas - Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Frango de panela - Ovos mexidos com brócolis - Saladas/ Frutas -Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Bife acebolado - Sufilê de cenoura - Saladas/ Frutas -Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Peixe à dorê - Guisadinho de frango - Legumes sauté - Saladas/ Frutas - Suco Integral

DIA	17/08	18/08	19/08	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08	29/08	30/08	31/08
REFEIÇÃO	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	-Fruta Fracionada - Mini pão de queijo - Vitamina de frutas	-Fruta Fracionada - Pão d'água c/ requeijão, queijo e peito de frango. -Suco Integral s/ açúcar	-Fruta Fracionada - Pizza caseira de frango - Suco integral s/ açúcar	-Fruta Fracionada - Pão Filão c/ cream cheese - Leite c/ cacau em pó	-Fruta Fracionada - Bolo de caseiro de maracujá - Chá de cascas de frutas	-Fruta Fracionada - Pão HB c/ queijo, peito de frango e requeijão. - Suco integral s/ açúcar	-Fruta Fracionada - Croissant, queijo e presunto. - Suco Integral s/ açúcar	-Fruta Fracionada - Cereal s/ açúcar - Biscoitos integrais - Iogurte de frutas	-Fruta Fracionada - Pão massinha c/ Nata ou mel (opcional) - Suco Integral s/ açúcar	-Fruta Fracionada - Bolo caseiro de Limão - Chá de frutas vermelhas	Fruta Fracionada - Mini calzone de frango com ricota - Suco Integral s/ açúcar
<b>ALMOÇO</b>	-Arroz / Feijão - Cubos de carne ao molho rotty -Couve-flor gratinada - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	- Arroz -Feijão - Frango grelhado - Batata doce assada - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Picadinho de gado grelhado - Aipim cozido - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Frango À Xadrez - Panqueca de carne - Saladas/ Frutas - Suco Integral	- Arroz - Feijão - Iscas de gado - Batata palito assada - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	- Arroz - Feijão - Frango assado - Massa Alho e óleo - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	- Arroz - Feijão/ Lentilha - Guisadinho - Ovos mexidos com queijo - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Frango Caipira - milho cozido - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Carne de panela - Nhoque da sorte - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar	-Arroz - Feijão - Frango à Pizzaiolo - Saladas - Frutas - Suco Integral s/ açúcar	- Arroz - Feijão - Almôndegas - Massa Spaghetti - Molho Sugo (separado) - Saladas/ Frutas - Suco Integral s/ açúcar

Responsável técnica: Kamila Rocha S. Boff / Nutricionista CRN<sup>2</sup>9520D

\*\*CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DE MERCADO

\*Crianças com dietas especiais, alergias/ intolerâncias receberão alimentação individualizada, conforme ajustes com família/ médico;

\* Sucos integrais, sem adição de açúcar, corantes ou estabilizantes. Polpa de fruta adicionada somente de água;