

**LA SALLE**

NITERÓI

**Cardápio FEVEREIRO 2019 – La Salle NITERÓI**

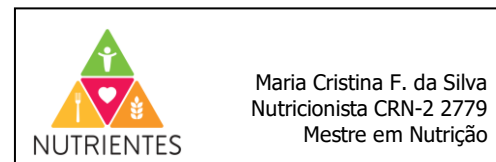
	PROJETO VERÃO									
REFEIÇÃO	04/02/19	05/02/19	06/02/19	07/02/19	08/02/19	11/02/19	12/02/19	13/02/19	14/02/19	15/02/19
LANCHE	Pão com mussarela Suco Fruta	Bolacha salgada com requeijão Achocolatado Fruta	Bolo mesclado Suco Fruta	Pão de queijo Fruta Suco de frutas	Pizza caseira Suco de frutas Fruta	Pão de queijo Suco: Laranja Fruta: Sortida	Pizza caseira Suco: Maracujá Fruta sortida	logurte de frutas Barrinhas de cereais Fruta	Salgado de forno Suco de frutas Fruta	Bolo de laranja Suco de frutas Fruta
ALMOÇO	Arroz/Arroz integral Feijão Fricassê de frango Batata palha Sal. Mista	Arroz/Arroz integral Feijão Bife na chapa Bolinho de legumes Sal. colorida Sob. Flan de morango	Arroz/Arroz integral Feijão Frango à parmegiana Macarrão ao sugo Salada mista	Arroz/Arroz integral Feijão Hambúrguer Pizzaiolo Purê colorido Salada mista Sob. Musse	Arroz/Arroz integral Feijão Picadinho de carne Sufê de queijo Salada. Colorida	Arroz / feijão de cor Galinha escabelada Isclas de carne grelhadas Jardineira de legumes Salada: Mista	Arroz / feijão Carne de panela Frango grelhado Macarrão oriental Salada alface/rúcula tomate Sob: salada de frutas	Arroz/Arroz integral Feijão Lasanha Bolonhesa Seleto de legumes Salada mix de vegetais	Arroz/Arroz integral Lentilha Bife na chapa Polenta mole ao molho de tomates Sal. Beterraba Sob. Gelatina	Arroz/Arroz integral Lentilha Coxa de frango assada c/ batatas Sal. Cenoura e couve-flor
LANCHE	Torta de bolacha Suco Frutas	Pizza Margarita Suco de frutas Fruta	Mini-sanduíche de chester Fruta Suco de frutas	Pão massinha c/ requeijão Achocolatado Frutas	logurte Barra de cereal Frutas	Sanduíche Farroupilha Suco de Laranja Fruta: Maçã	Salgado de forno Suco Maracujá Fruta: banana	Pão cacetinho c/ patê caseiro Frutas Suco de frutas	Bolo de chocolate Suco de frutas Frutas	Torrada de frios Café com leite Frutas
REFEIÇÃO	18/02/19	19/02/19	20/02/19	21/02/19	22/02/19	25/02/19	26/02/19	27/02/19	28/02/19	01/03/19
LANCHE	Prensado de frios Suco Fruta	Bolacha salgada c/ requeijão Achocolatado Fruta	logurte de frutas Barrinhas de cereais Fruta	Pão de queijo Frutas Suco	Bolo de chocolate Suco Fruta	Misto quente Suco de frutas frutas	Bolo de milho Fruta Suco de frutas	Salgado de forno Fruta Suco de frutas	Torradinhas com requeijão Suco Fruta	Pizza de frios Suco de frutas Fruta
ALMOÇO	Arroz/Arroz integral Feijão Guisadinho de carne c/ ovo picado Farofa colorida Sal. Tomate e Alface	Arroz/Arroz integral Feijão Bolinho de peixe Batatas assada Salada colorida Sob. Pudim	Arroz/Arroz integral Feijão Bife ao molho roti Sufê de legumes c/ queijo Salada de tomate	Arroz/Arroz integral Lentilha Hambúrguer à pizzaiolo Macarrão parafuso Sal. Seleto Sob. Bombom	Arroz/Arroz integral Feijão Espetinho misto Farofa de cenoura Sal. Mista	Arroz/Arroz integral Feijão Bife de frango grelhado Massa gravatinha à parisiense Salada alface e beterraba	Arroz/Arroz integral Feijão Carne de panela Polenta palito Sal. Tomate e alface. Sob. Gelatina	Arroz/Arroz integral Lentilha Escondidinho de carne Jardineira de legumes Salada. Colorida	Arroz/Arroz integral Feijão Empadão cremoso de frango Refogado de milho c/ cenoura Salada mista Sob. Flan	Arroz/Arroz integral Feijão Peixe empanado Purê de batatas Salada. Cenoura e tomate
LANCHE	Canapés de bolacha c/ requeijão achocolatado Frutas	Bolo de cenoura Suco de frutas Frutas	Sanduíche de frios Milk-shake de morango Frutas	Gelatina tricolor c/ creme de baunilha Biscoito de maisena Fruta	Pão massinha c/ mussarela Suco Frutas	logurte de fruta Biscoito sortido Fruta	Pão de queijo Suco Frutas	Pizza de frango Suco Frutas	Sanduíche farroupilha Suco Frutas	Bolo de formigueiro Achocolatado Fruta



Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.

Oferecemos sucos naturais de frutas.

Oferecemos frutas de sobremesas diariamente



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