



# Cardápio JUNHO 2018 – La Salle Niterói



| REFEIÇÃO | 04/06/18                                                                                                          | 05/06/18                                                                                                                 | 06/06/18                                                                                | 07/06/18                                                                                                                     | 08/06/18                                                                                                                       | 11/06/18                                                                           | 12/06/18                                                                                            | 13/06/18                                                                                                            | 14/06/18                                                                                                                                 | 15/06/18                                                                               |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE   | Torrada de frios<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                                      | Bolo de<br>mesclado<br>Café c/ leite ou<br>leite morno<br>Frutas                                                         | Pizza de<br>mussarela<br>Suco de frutas<br>Frutas                                       | Bolacha salgada<br>c/ requeijão<br>Shake de<br>morango<br>quentinho<br>Fruta                                                 | Pão massinha c/<br>patê caseiro<br>Suco<br>Frutas                                                                              | Chocolate<br>quente<br>Biscoito<br>maizena<br>Frutas                               | Sanduíche de<br>frios<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                   | Bolo caseiro<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                                            | Pão cacetinho c/<br>queijo<br>Achocolatado<br>Frutas                                                                                     | Mini-croissant<br>Suco de frutas<br>Frutas                                             |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Sobrecoca<br>assada<br>Purê de batata<br>Salada colorida                                        | Arroz / Lentilha<br>Cubos de<br>panela<br>Massa<br>espaguete<br>Sala. Beterraba<br>c/ cenoura<br>Sob. Salada de<br>fruta | Arroz / feijão<br>Panqueca de<br>frango<br>Jardineira de<br>Legumes<br>Salada mista     | Arroz / feijão de<br>cor<br>Bife na chapa<br>Torta de<br>legumes<br>Sal. Mista<br>Sob. Gelatina                              | Arroz / feijão<br>Rondele de frios<br>Seleta de<br>legumes<br>Salada de alface<br>c/ beterraba                                 | Arroz / lentilha<br>Carne de panela<br>Sufilé de<br>legumes<br>Salada de<br>tomate | Arroz/Feijão de<br>cor<br>Estrogonofe<br>Batata dourada<br>Sal. Seleta<br>Sob. Flan                 | Arroz / feijão<br>Hambúrguer à<br>pizzaiolo<br>Macarrão ao<br>molho de<br>tomates<br>Salada verde                   | Arroz/Feijão<br>Peixe à<br>milanesa<br>Purê colorido<br>Sal. mista<br>Sob. Mosaico de<br>gelatina                                        | Arroz / feijão<br>Frango ao<br>molho de<br>ervilhas<br>Polenta Mole<br>Salada colorida |
|          | Bolo de milho<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                           | logurte<br>Cereal<br>Frutas Sortida                                                                                      | Chocolate<br>quente cremoso<br>Biscoito<br>Frutas Sortida                               | Mini-sanduíche<br>de chester<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                       | Bolo de cenoura<br>Suco<br>Fruta: fruta<br>sortida                                                                             | Sanduíche<br>natural<br>Suco<br>Frutas Sortida                                     | Bolo de<br>chocolate<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                      | Salgado de<br>forno<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                       | Torta de bolacha<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                                               | Pizza de<br>sardinha<br>Suco<br>Frutas Sortida                                         |
| REFEIÇÃO | 18/06/18                                                                                                          | 19/06/18                                                                                                                 | 20/06/18                                                                                | 21/06/18                                                                                                                     | 22/06/18                                                                                                                       | 25/06/18                                                                           | 26/06/18                                                                                            | 27/06/18                                                                                                            | 28/06/18                                                                                                                                 | 29/06/18                                                                               |
| LANCHE   | Pão mini-<br>cacetinho c/<br>requeijão<br>Suco /Frutas                                                            | Misto quente<br>achocolatado<br>frutas                                                                                   | Bolo de cenoura<br>Milk-shake<br>Frutas                                                 | Salgado de<br>forno<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                               | Pão de forma c/<br>chester<br>Café com leite<br>Frutas                                                                         | Pizza de forno<br>Suco de frutas<br>frutas                                         | Bolo caseiro<br>achocolatado<br>Fruta                                                               | Croissant<br>Suco de frutas<br>fruta                                                                                | Torrada de forno<br>Café c/ leite<br>Frutas                                                                                              | Canapés de<br>bolacha<br>Suco de frutas<br>Frutas                                      |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Frango grelhado<br>Batatas em<br>camadas<br>gratinada<br>Salada de<br>beterraba e<br>couve-flor | Arroz / Lentilha<br>Almondegas<br>com molho<br>Polenta palito<br>Sal. colorida<br>Sob. Salada de<br>fruta                | Arroz/ feijão<br>Bife acebolado<br>Sufilé de<br>legumes<br>Salada de alface<br>e tomate | Arroz/ feijão<br>Bolinho de arroz<br>c/ legumes<br>Guisadinho de<br>carne c/ovo<br>Salada mista<br>Sob. Musse de<br>maracujá | <b>ALMOÇO:<br/>JUNINO</b><br>Arroz/Feijão<br>Espetinho Misto<br>Milho refogado<br>Sopa: Caldinho<br>de feijão<br>Salada: mista | Arroz/Feijão<br>Lasanha de<br>frango<br>Jardineira de<br>legumes<br>Salada verde   | Arroz Lentilha<br>Bife na chapa<br>Purê de<br>legumes<br>Sal. Colorida<br>Sob. Flan de<br>chocolate | Arroz / feijão<br>Tirinhas de<br>frango<br>empanadas<br>Polenta assada<br>ao molho de<br>tomates<br>Salada de mista | Arroz /Feijão<br>Bolinho de peixe<br>Batatas<br>gratinadas<br>Sal. Cenoura<br><b>SOBREMESA<br/>ESPECIAL:<br/>Aniversários<br/>do mês</b> | Arroz/Feijão<br>Galinha<br>escabelada<br>Seleta de<br>legumes<br>Sal. Couve-flor       |
| LANCHE   | Bolo de laranja<br>Suco<br>Fruta: sortida                                                                         | Salgado de<br>forno<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                            | logurte de frutas<br>Biscoito<br>Frutas Sortida                                         | Pizza caseira de<br>frango<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                         | Sanduíche de<br>frios<br>Suco<br>Fruta: sortida                                                                                | Torta de bolacha<br>Suco de frutas<br>Frutas Sortida                               | Sanduíche<br>farroupilha<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                  | Pão de queijo<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                             | Cuca de maçã<br>Fruta: sortida<br>Suco                                                                                                   | Pão cacetinho c/<br>presunto e<br>queijo<br>Suco<br>Frutas Sortida                     |

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.

Oferecemos diariamente como sobremesa fruta e arroz integral no almoço.

No período de Inverno servimos diariamente uma opção de SOPA de legumes no almoço.



Maria Cristina F. da Silva  
Nutricionista CRN-2 2779



# Cardápio JUNHO 2018 –ROMEO

## Alergia a Proteína do Leite de Vaca (APLV)



**19.02.18- Alérgico a Proteína do Leite de Vaca e intolerante a lactose. Restrição: qualquer preparação com leite e derivados. Combinado com a mãe de trazer biscoitos e produtos especiais de marcas especiais e o leite especial para substituição. Utilizado pão sem leite. OBS: Ler Rótulo dos produtos.**

| REFEIÇÃO | 04/06/18                                                                               | 05/06/18                                                                                            | 06/06/18                                                                                       | 07/06/18                                                                                                | 08/06/18                                                                                                                | 11/06/18                                                                       | 12/06/18                                                                                     | 13/06/18                                                                                                | 14/06/18                                                                                                            | 15/06/18                                                                                  |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE   | Torrada de presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                        | Bolo sem leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                          | Pizza de presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                  | Bolacha salgada c/ geléia<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                    | Pão c/ presunto<br>Suco<br>Frutas                                                                                       | Chá<br>Biscoito especial (trazer)<br>Frutas                                    | Sanduíche de presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                            | Bolo caseiro sem leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                      | Pão cacetinho c/ margarina Becel<br>Suco<br>Frutas                                                                  | Biscoito especial<br>Suco de frutas<br>Frutas                                             |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Sobrecoxa assada<br>Batata vapor<br>Salada colorida                  | Arroz / Lentilha<br>Cubos de panela<br>Sala. Beterraba c/ cenoura<br>Sob. Salada de fruta           | Arroz / feijão<br>Panqueca de frango <b>sem leite</b><br>Jardineira de Legumes<br>Salada mista | Arroz / feijão de cor<br>Bife na chapa<br>Refogado de legumes<br>Sal. Mista<br>Sob. Fruta               | Arroz / feijão<br>Rondole de presunto<br>Seleta de legumes<br>Salada de alface c/ beterraba                             | Arroz / lentilha<br>Carne de panela<br>Refogado de legumes<br>Salada de tomate | Arroz/Feijão de cor<br>Picadinho de carne<br>Batata dourada<br>Sal. Seleta<br>Sob. fruta     | Arroz /feijão<br>Hambúrguer caseiro<br>Macarrão ao molho de tomates<br>Salada verde                     | Arroz/Feijão<br>Peixe à milanesa<br>Purê colorido<br>Sal. mista<br>Sob. Fruta                                       | Arroz /feijão<br>Frango ao molho de ervilhas<br>Polenta Mole<br>Salada colorida           |
| LANCHE   | Bolo de milho<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                | Biscoito especial<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                         | Pão cacetinho com geléia<br>Chá<br>Frutas Sortida                                              | Mini-sanduíche de chester<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                     | Bolo sem leite<br>Suco<br>Fruta: fruta sortida                                                                          | Sanduíche natural sem leite<br>Suco<br>Frutas Sortida                          | Bolo sem leite<br>Suco<br>Fruta: fruta sortida                                               | Biscoito especial (trazer)<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                     | Biscoito especial<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                                         | Torrinhas de pão cacetinho com margarina Becel<br>Suco<br>Frutas Sortida                  |
| REFEIÇÃO | 18/06/18                                                                               | 19/06/18                                                                                            | 20/06/18                                                                                       | 21/06/18                                                                                                | 22/06/18                                                                                                                | 25/06/18                                                                       | 26/06/18                                                                                     | 27/06/18                                                                                                | 28/06/18                                                                                                            | 29/06/18                                                                                  |
| LANCHE   | Pão mini-cacetinho c/ geléia<br>Suco /Frutas                                           | Torrada de presunto<br>Chá<br>Frutas                                                                | Bolo sem leite<br>Suco<br>Fruta: fruta sortida                                                 | Biscoito especial (trazer)<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                     | Pão de forma c/ chester<br>Chá<br>Frutas                                                                                | Pão c/ presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                    | Bolo sem leite<br>Chá<br>Fruta: fruta sortida                                                | Biscoito especial (trazer)<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                     | Torrinha de forno com geléia<br>Chá<br>Frutas                                                                       | Canapés de bolacha c/ presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Frango grelhado<br>Batatas vapor<br>Salada de beterraba e couve-flor | Arroz / Lentilha<br>Almondegas com molho<br>Polenta palito<br>Sal. colorida<br>Sob. Salada de fruta | Arroz/ feijão<br>Bife acebolado<br>Refogado de legumes<br>Salada de alface e tomate            | Arroz/ feijão<br>Bolinho de arroz c/ legumes<br>Guisadinho de carne c/ovo<br>Salada mista<br>Sob. Fruta | <b>ALMOÇO: JUNINO</b><br>Arroz/Feijão<br>Espetinho Misto<br>Milho refogado<br>Sopa: Caldinho de feijão<br>Salada: mista | Arroz/Feijão<br>Macarrão c/ frango<br>Jardineira de legumes<br>Salada verde    | Arroz /Lentilha<br>Bife na chapa<br>Purê de legumes sem leite<br>Sal. Colorida<br>Sob. Fruta | Arroz / feijão<br>Tirinhas de frango empanadas<br>Polenta assada ao molho de tomates<br>Salada de mista | Arroz /Feijão<br>Bolinho de peixe<br>Batata vapor<br>Sal. Cenoura<br><b>SOBREMESA ESPECIAL: Aniversários do mês</b> | Arroz/Feijão<br>Galinha refogada com batata vapor<br>Seleta de legumes<br>Sal. Couve-flor |
| LANCHE   | Bolo de laranja sem leite<br>Suco<br>Fruta: sortida                                    | Biscoito especial (trazer)<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                 | Iogurte de frutas (especial trazer)<br>Biscoito especial (trazer)<br>Frutas Sortida            | Pizza caseira de frango sem queijo<br>Suco<br>Frutas Sortida                                            | Sanduíche de presunto<br>Suco<br>Fruta: sortida                                                                         | Biscoito especial (trazer)<br>Chá<br>Frutas Sortida                            | Sanduíche farroupilha <b>sem queijo</b><br>Suco<br>Frutas Sortida                            | Biscoito especial (trazer)<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                     | Cuca de maçã caseira sem leite<br>Fruta: sortida<br>Suco                                                            | Pão cacetinho c/ presunto<br>Suco<br>Frutas Sortida                                       |

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 diferenciados necessários para combor a alimentação adequada de cada aluno que possui alergia a proteína do leite de vaca.



Maria Cristina F. da Silva  
Nutricionista CRN-2 2779



# Cardápio JUNHO 2018 – ELISA DE SOUZA

## Alergia a Proteína do Leite de Vaca (APLV)



**26.02.18- Alérgica a Proteína do Leite de Vaca inclusive a contato com o produto. Histórico de registro de alergia de compartilhamento de utensílios (no momento em teste pelo pediatra) Restrição: qualquer preparação com leite e derivados. OBS: Ler Rótulo dos produtos (ex: massas, biscoitos e pães). Utilizado pão sem leite. Mãe trará para o colégio para substituir o leite integral nos dias de lanche o LEITE PREGOMIM-150ml. Alimentos restritos além do leite nunca experimentou produtos com soja e embutidos (proibidos até liberação), Liberado água de coco e leite de coco (trazer de casa para substituir iogurte). Quando não possuir leite especial substituir por suco. Usar margarina Becel. Substituir embutidos por frango desfiado. Manter separados e higienizar em separados os utensílios da aluna.**

| REFEIÇÃO | 04/06/18                                                                               | 05/06/18                                                                                     | 06/06/18                                                                                       | 07/06/18                                                                                                | 08/06/18                                                                                                                | 11/06/18                                                                       | 12/06/18                                                                                 | 13/06/18                                                                                                | 14/06/18                                                                      | 15/06/18                                                                                  |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE   | Torrada de presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                        | Bolo sem leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                   | Pizza de frango<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                    | Bolacha salgada<br>c/ geléia<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                 | Pão c/ frango<br>Suco<br>Frutas                                                                                         | Chá<br>Biscoito especial<br>(trazer)<br>Frutas                                 | Sanduíche de frango<br>Suco de frutas<br>Frutas                                          | Bolo caseiro sem leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                      | Pão cacetinho c/ margarina Becel<br>Suco<br>Frutas                            | Biscoito especial<br>Suco de frutas<br>Frutas                                             |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Sobrecoca assada<br>Batata vapor<br>Salada colorida                  | Arroz / Lentilha<br>Cubos de panela<br>Sala. Beterraba c/ cenoura<br>Sob. Salada de fruta    | Arroz / feijão<br>Panqueca de frango <b>sem leite</b><br>Jardineira de Legumes<br>Salada mista | Arroz / feijão de cor<br>Bife na chapa<br>Refogado de legumes<br>Sal. Mista<br>Sob. Fruta               | Arroz / feijão<br>Refogado de legumes com frango<br>Salada de alface c/ beterraba                                       | Arroz / lentilha<br>Carne de panela<br>Refogado de legumes<br>Salada de tomate | Arroz/Feijão de cor<br>Picadinho de carne<br>Batata dourada<br>Sal. Seleta<br>Sob. fruta | Arroz / feijão<br>Hambúrguer caseiro ao molho de tomates<br>cenoura cozida<br>Salada verde              | Arroz/Feijão<br>Peixe à milanesa<br>Purê colorido<br>Sal. mista<br>Sob. Fruta | Arroz / feijão<br>Frango ao molho de ervilhas<br>Polenta Mole<br>Salada colorida          |
| LANCHE   | Bolo de milho<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                | Biscoito especial<br>Suco<br>Frutas Sortida                                                  | Pão cacetinho com geléia<br>Chá<br>Frutas Sortida                                              | Mini-sanduíche de pão cacetinho de frango<br>Suco<br>Frutas Sortida                                     | Bolo sem leite<br>Suco<br>Fruta: fruta sortida                                                                          | Sanduíche natural sem leite<br>Suco<br>Frutas Sortida                          | Bolo sem leite<br>Suco<br>Fruta: fruta sortida                                           | Pão cacetinho com geléia<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                       | Biscoito especial<br>Suco<br>Frutas Sortida                                   | Torrinhas de pão cacetinho com margarina Becel<br>Suco<br>Frutas Sortida                  |
| REFEIÇÃO | 18/06/18                                                                               | 19/06/18                                                                                     | 20/06/18                                                                                       | 21/06/18                                                                                                | 22/06/18                                                                                                                | 25/06/18                                                                       | 26/06/18                                                                                 | 27/06/18                                                                                                | 28/06/18                                                                      | 29/06/18                                                                                  |
| LANCHE   | Pão mini-cacetinho c/ geléia<br>Suco /Frutas                                           | Torrada de frango<br>Chá<br>Frutas                                                           | Bolo sem leite<br>Suco<br>Fruta: fruta sortida                                                 | Biscoito especial<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                              | Pão de forma c/ frango<br>Chá<br>Frutas                                                                                 | Pão c/ geléia<br>Suco de frutas<br>Frutas                                      | Bolo sem leite<br>Chá<br>Fruta: fruta sortida                                            | Biscoito especial<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                              | Torrinha de forno com geléia<br>Chá<br>Frutas                                 | Canapés de bolacha c/ geléia<br>Suco de frutas<br>Frutas                                  |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Frango grelhado<br>Batatas vapor<br>Salada de beterraba e couve-flor | Arroz / Lentilha<br>Almondegas com molho<br>Polenta<br>Sal. colorida<br>Sob. Salada de fruta | Arroz/ feijão<br>Bife acebolado<br>Refogado de legumes<br>Salada de alface e tomate            | Arroz/ feijão<br>Bolinho de arroz c/ legumes<br>Guisadinho de carne c/ovo<br>Salada mista<br>Sob. Fruta | <b>ALMOÇO: JUNINO</b><br>Arroz/Feijão<br>Espetinho Misto<br>Milho refogado<br>Sopa: Caldinho de feijão<br>Salada: mista | Arroz/Feijão<br>Frango refogado<br>Jardineira de legumes<br>Salada verde       | Arroz /Lentilha<br>Bife na chapa<br>Refogado de legumes<br>Sal. Colorida<br>Sob. Fruta   | Arroz / feijão<br>Tirinhas de frango empanadas<br>Polenta assada ao molho de tomates<br>Salada de mista | Arroz /Feijão<br>Bolinho de peixe<br>Batata vapor<br>Sal. Cenoura             | Arroz/Feijão<br>Galinha refogada com batata vapor<br>Seleta de legumes<br>Sal. Couve-flor |
| LANCHE   | Bolo de laranja sem leite<br>Suco<br>Fruta: sortida                                    | Biscoito especial<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                   | Pão cacetinho com geléia<br>Suco<br>Frutas Sortida                                             | Pizza caseira de frango sem queijo<br>Suco<br>Frutas Sortida                                            | Sanduíche de pão cacetinho geléia<br>Suco<br>Fruta: sortida                                                             | Biscoito especial<br>Chá<br>Frutas Sortida                                     | Sanduíche frango<br>Suco<br>Frutas Sortida                                               | Biscoito especial<br>Chá<br>Frutas Sortida                                                              | Cuca de maçã caseira sem leite<br>Fruta: sortida<br>Suco                      | Pão cacetinho c/ frango<br>Suco<br>Frutas Sortida                                         |

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 diferenciados necessários para compor a alimentação adequada de cada aluno que possui alergia a proteína do leite de vaca.



Maria Cristina F. da Silva  
Nutricionista CRN-2 2779