

Semana de 29/01 a 02/02		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã		Iogurte de frutas Mini pão de queijo Suco de polpa natural	Pão francês com margarina e queijo Fruta Suco de polpa natural	Bisnaguinha com requeijão Fruta Suco de polpa natural	Pão de forma integral com patê de cenoura Fruta Suco de polpa natural	Misto Fruta Suco de polpa natural
Almoço/Jantar	Salada	Folhas	Folha c/ Legume	Folhas	Folha c/ Legume	Folhas
	Prato principal	Filé de frango grelhado	Bife grelhado	Strogonoff de frango	Carne assada	Panqueca
	Guarnição	Cenoura com vagem refogados	Chuchu no vapor	Batata palha	Macarrão parafuso ao molho tomate fresco	Abobrinha refogada
	Prato base	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Suco	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural
Lanche da tarde		Bisnaguinha com margarina Fruta Suco de polpa	Pastel assado caseiro de carne Fruta Suco de polpa natural	Cup cake de cenoura com chocolate caseiro Fruta Suco de polpa natural	Bolacha waffer / biscoito de polvilho Fruta Suco de polpa natural	Mini pãozinho doce com margarina Fruta Suco de polpa natural

Dra. Sílvia Helena Marangoni dos Reis – CRN3-1674

Obs.

Opção de pão francês com margarina caso a criança não queira o oferecido no lanche manhã ou tarde.

Cardápio sujeito a alterações devido a oferta do produto

Semana de 05/02 a 09/02		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã		Pão de forma com margarina e queijo Fruta Suco de polpa natural	Cup cake de chocolate Fruta Suco de polpa natural	Pão de leite com margarina Fruta Suco de polpa natural	Mini pão de queijo Fruta Suco de polpa natural	Bisnaguinha com requeijão Fruta Suco de polpa natural
Almoço/Jantar	Salada	Folhas	Folha c/ Legume	Folhas	Folha c/ Legume	Folhas
	Prato principal	Bife grelhado	Escondidinho de frango	Rocambole de carne recheado com cenoura e queijo	Coxa e sobrecoxa desossada assada	Peixe no fubá
	Guarnição	Purê de batatas	Acelga refogada	Farofinha de vegetais	Macarrão parafuso ao molho tomate fresco	Abobrinha refogada
	Prato base	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Suco	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural
Lanche da tarde		Bisnaguinha com margarina Fruta Suco de polpa	Mini esfirra caseira Fruta Suco de polpa natural	logurte de frutas Bisnaguinha com creme de queijo branco Suco de polpa natural	Leite Sucrilhos Biscoito de polvilho Suco de polpa natural	Pão de forma com margarina e blanquet de peru Fruta Suco de polpa natural

Dra. Sílvia Helena Marangoni dos Reis – CRN3-1674

Obs.

Opção de pão francês com margarina caso a criança não queira o oferecido no lanche manhã ou tarde.

Cardápio sujeito a alterações devido a oferta do produto

Semana de 12/02 a 16/06		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã		Ponte	Carnaval	Cinzas	Mini pão de queijo Fruta Suco de polpa natural	Bisnaguinha com requeijão Fruta Suco de polpa natural
Almoço	Salada			Folha	Folha c/ Legume	Folhas
	Prato principal	Ponte	Carnaval	Frango grelhado em tiras	Bife à milanesa	Peixe assado
	Guarnição			Macarrão ao molho tomate fresco	Berinjela refogada	Creme de espinafre
	Prato base			Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
	Sobremesa			Fruta	Fruta	Fruta
	Suco			Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural
Lanche da tarde		Ponte	Carnaval	iogurte de frutas Bisnaguinha com creme de queijo branco Suco de polpa natural	Pão francês com margarina e queijo Fruta Suco de polpa natural	Bolo de banana com canela Fruta Suco de polpa natural

Dra. Silvia Helena Marangoni dos Reis – CRN3-1674

Obs.

Opção de pão francês com margarina caso a criança não queira o oferecido no lanche manhã ou tarde.

Cardápio sujeito a alterações devido a oferta do produto



Colégio Regina Mundi - NutriAção – Alimentação Saudável
CARDÁPIO MENSAL – FEVEREIRO 2018 - FUNDAMENTAL



Semana de 19/02 a 23/02		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã		Pão de forma integral com requeijão Fruta Suco de polpa natural	Mini pão de queijo Fruta Suco de polpa natural	Mini pão francês com patê de atum Fruta Suco de polpa natural	Bolacha doce sem recheio Fruta Suco de polpa natural	Bisnaguinha com requeijão Fruta Suco de polpa natural
Almoço	Salada	Folhas	Folha c/ Legume	Folhas	Folha c/ Legume	Folhas
	Prato principal	Carne moída refogada com tomate	Frango xadrez	Bife a fazendinha	Isclas de frango grelhada	Hambúrguer a pizzaiollo
	Guarnição	Mandioquinha sauté	Couve flor refogada	Bolinho de legumes	Macarrão espaguetti ao molho tomate fresco e manjericão	Polenta cremosa
	Prato base	Arroz e feijÃO	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina
	Suco	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural
Lanche da tarde		Leite Sucrilhos Biscoito de polvilho Suco de polpa natural	Pão de forma com creme de ricota Fruta Suco de polpa natural	Bolo brigadeiro Fruta Suco de polpa natural	Meia lua de carne caseira assada Fruta Suco de polpa natural	Pão de batata com patê de queijo Fruta Suco de polpa natural

Dra. Silvia Helena Marangoni dos Reis – CRN3-1674

Obs

Opção de pão francês com margarina caso a criança não queira o oferecido no lanche manhã ou tarde.

Cardápio sujeito a alterações devido a oferta do produto

Colégio Regina Mundi - NutriAção – Alimentação Saudável
CARDÁPIO MENSAL – FEVEREIRO 2018 - FUNDAMENTAL

Semana de 26/02 a 28/02		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã		Pão de forma com margarina e queijo Fruta Suco de polpa natural	Leite Sucrilhos Biscoito de polvilho Suco de polpa natural	Mini pão francês com requeijão Fruta Suco de polpa natural	/	
Almoço	Salada	Folhas	Folha c/ Legume	Folhas		
	Prato principal	Almondegas ao sugo	Ovos mexidos	Frango grelhado		
	Guarnição	Polenta cremosa	Couve flor gratinada	Repolho bicolor		
	Prato base	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão		
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta		
	Suco	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural	Suco de polpa natural		
Lanche da tarde		Bisnaguinha com geléia Fruta Suco de polpa natural	Mini pão de queijo Fruta Suco de polpa natural	Bolo nega maluca Fruta Suco de polpa natural		

Dra. Sílvia Helena Marangoni dos Reis – CRN3-1674

Obs.

Opção de pão francês com margarina caso a criança não queira o oferecido no lanche manhã ou tarde.

Cardápio sujeito a alterações devido a oferta do produto