

## CARDÁPIO - Julho 2024

### Colégio Rainha do Brasil

1ª Semana (01a05)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/Feijão Cubos de frango Polenta mole	Arroz/Feijão Filezinhos de peixe Purê de batatas	Arroz/Feijão Isclas de carne Macarrão	Arroz/Feijão Filezinho grelhado Duo de legumes	Arroz/Feijão Escondidinho Cenoura refogada
SALADAS	Alface/Cenoura	Tomate/alface	Alface/Beterraba	Repolho/cenoura	Beterraba coz/Alface
2ª Semana (08a12)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/ feijão Filezinho grelhado Duo de legumes	Arroz/ feijão Carne bolognesa Macarrão	Arroz/Feijão Filezinho dorê Mix de folhas verdes	Arroz/Feijão Porpetas** Legumes refogadinhos	Arroz/Feijão Frango assado Polentinha
SALADAS	Cenoura/Mix legumes	Alface/beterraba coz.	Alface/repolho roxo	Cenoura/Salada mix	Repolho /beterraba
3ª Semana (15a19)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/ feijão Estrogonofe Batata palha**	Arroz/Feijão Bifinhos grelhados Polentinha	Arroz/Feijão Frango assado Macarrão	Arroz/Feijão Escondidinho Duo de legumes	Arroz/Feijão Filezinho Dorê Purê de batatas
SALADAS	Alface/Tomate	Acelga/ beterraba	Mix folhas verdes/salada colorida	Alface/cenoura	Acelga/beterraba
4ª Semana (22a26)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
SALADAS					
5ª Semana (29 a31)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/Feijão Carne bolognesa Macarrão	Arroz/feijão Filé na chapa Mix folhas verdes	Arroz/feijão Filezinho de peixe Purê de batatas		
SALADAS	Seleta de legumes/alface	Alface/beterraba coz	Tomate/Mix folhas verdes		

\* Frutas (da estação) oferecidas variadas diariamente

\*\*Item preparado no forno

\* Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado

\* Crianças com dietas especiais, alergias/ intolerâncias receberão alimentação individualizada, conforme anamnese

Nossos cardápio é cuidadosamente elaborado com ingredientes naturais, assim podemos garantir um valor nutricional adequado para a faixa etária. Atendemos às exigências de redução de gorduras e sódio, sem abrir mão do sabor.

Nutricionista:  
Andrea Garcia  
CRN-2 5095