

CARDÁPIO | FEVEREIRO 2019

1ª SEMANA DE 28/01 À 01/02/2019					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	Leite com achocolatado e biscoito salgado	Leite com achocolatado e bisnaguinha integral com margarina	Chá e bolo de laranja	Leite com achocolatado e pão de forma com requeijão	Suco de fruta e pão frances com queijo
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, escondidinho de carne moída (com purê de batata), salada de acelga com tomate e fruta da época	Arroz, feijão carioca, sobrecoxa assada, purê de cenoura, salada de alface e fruta da época	Macarrão ao molho de tomate, carne refogada, salada de repolho e bananinha	Arroz, feijão carioca, ovo mexido, chuchu refogado, salada de escarola e fruta da época	Arroz, feijão carioca, cação assado com tomate, vagem refogada, salada de acelga e fruta da época
2ª SEMANA DE 04/02 À 08/02					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	Leite com achocolatado e bisnaguinha com geléia	Leite com achocolatado e biscoito doce (sem recheio)	Suco de fruta e pão de forma com queijo	Leite com achocolatado e pão de minuto com margarina	Chá e torrada com margarina
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, bife de fígado refogado, salada de alface com tomate e fruta da época	Macarrão a bolonhesa, salada de acelga com beterraba ralada e gelatina	Arroz, feijão carioca, nuggets, salada de escarola com tomate e fruta da época	Arroz, feijão preto, almondegas assadas, virado de couve, salada de cenoura ralada e fruta da época	Arroz, feijão carioca, frango refogado com cenoura e abobrinha, salada de acelga e fruta da época
3ª SEMANA DE 11/02 À 15/02					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	Leite com achocolatado e pão francês com margarina	Leite com achocolatado e bolo de fubá	Leite com café e bisnaguinha com requeijão	Leite com achocolatado e torrada com geléia	Leite com achocolatado e biscoito salgado
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Lasanha á bolonhesa, salada de alface com beterraba ralada e fruta da época	Arroz, lentilha, carne de panela com abobora, acelga refogada e fruta da época	Arroz, feijão carioca, fricassê de frango, salada de beterraba com tomate, vagem e chuchu refogado e fruta da época.	Arroz, feijão carioca, omelete com cenoura e tomate, salada de alface e fruta da época.	Arroz, feijão carioca, cação ao leite de coco, batata assada, salada de brócolis e fruta da época.
4ª SEMANA DE 18/02 À 22/02					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	iogurte e cereal flocos de milho	Leite com achocolatado e bolo de pão de mel com farinha integral	Leite com café e rosquinha de nata	Leite com achocolatado e pão de minuto com requeijão	Suco de fruta e pão de hambúrguer com queijo
COLAÇÃO	Vitamina de frutas	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, rocambolo de legumes, salada de rucula e fruta da época	Arroz, feijão carioca, sobrecoxa ao molho de tomate, salada de acelga com alface e fruta da época	Arroz, feijão carioca, polenta com frango, salada de escarola e fruta da época	Lasanha de queijo ao molho branco, salada verde e fruta da época	Arroz, feijão carioca, kibe de bandeja assado, salada de escarola com tomate e gelatina
5ª SEMANA DE 25/02 À 01/03					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	Leite com achocolatado e bisnaguinha com requeijão	Vitamina de frutas e pão de forma com requeijão	Suco de fruta e bolo de baunilha	Suco e pão de queijo	Leite com achocolatado e pão de hot dog com margarina
COLAÇÃO	Vitamina de frutas	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, ovo mexido, escarola refogada, salada de cenoura e fruta da época	Arroz, feijão carioca, polenta com frango, salada de alface e bananinha	Macarrão alho e óleo com brócolis, carne refogada ao molho, salada verde e fruta da época	Arroz, lentilha, carne desfiada refogada, salada de alface com tomate e fruta da época	Arroz, feijão carioca, carne refogada, suflê de cenoura, salada de acelga e fruta da época

Obs: os legumes e verduras podem ser substituídos caso não haja disponibilidade de compras.

Praça Frederico Ozanan, 158 • Moinho Velho
Ipiranga • São Paulo • SP • CEP 04286-010
Tel. (11) 2219-6320

www.colegiovirgempoderosa.com.br

Curta e acompanhe nosso Facebook e Instagram @colegiovicentinovirgempoderosa



COLÉGIO VICENTINO
VIRGEM PODEROSA