

# CARDÁPIO | AGOSTO 2019

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				01/08	02/08
DESJEJUM				Leite com achocolatado e pão de leite com creme de ricota	Suco de fruta e torrada integral com queijo
COLAÇÃO				Fruta da época	Salada de fruta
ALMOÇO				Arroz, feijão preto, frango em tiras grelhado, brócolis ao creme branco, salada de mandioca com hortelã, alface e fruta da época	Arroz com cenoura, feijão carioca, bife de panela, batata assada com alecrim, salada verde com tomate e fruta da época
	05/08	06/08	07/08	08/08	09/08
DESJEJUM	Leite com achocolatado sabor morango e bisnaguinha com requeijão	Leite com achocolatado e pão de forma integral com queijo	Vitamina de frutas e biscoito de aveia e mel	Chá de frutas e biscoito salgado com ricota	Leite com achocolatado e pão francês com margarina
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Banana com aveia e mel
ALMOÇO	Arroz integral, feijão carioca, almondega, purê de batata com cará, salada de chuchu com mostarda e fruta da época	Arroz primavera (com legumes variados), carne louca, chips de mandioquinha assada, salada de catalonha e fruta da época	Arroz, feijão fradinho, nugguetes, abobrinha refogada, salada de alface com tomate e e fruta da época	Macarrão a bolonhesa, salada verde com beterraba e fruta da época	Arroz, feijão carioca, cação assado com tomate, purê de mandioquinha, salada de escarola e gelatina
	12/08	13/08	14/08	15/08	16/08
DESJEJUM	logurte de frutas e pão sovado com margarina	Suco de fruta e bolo de laranja	Leite com achocolatado e bisnaguinha com queijo branco	Leite com achocolatado e brioche com requeijão	Leite com achocolatado e pão francês com geléia
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Pão de queijo	Fruta da época	Milho na espiga cozido
ALMOÇO	Arroz com ervilha, ovo mexido com legumes, salada verde com tomate e fruta da época	Arroz, feijão carioca, fricasse de frango, salada de legumes refogado e fruta da época	Arroz de forno, carne refogada, bolinho de grão de bico assado, salada verde e fruta da época	Lasanha ao molho de tomate, frango assado, salada de acelga com alface, tomate, milho e fruta da época	Arroz, feijão preto, carne assada, farofa de couve, legumes na manteiga e fruta da época
	19/08	20/08	21/08	22/08	23/08
DESJEJUM	Leite com achocolatado e bisnaguinha com queijo branco	Chá e pão de forma (torrada) com requeijão	Leite com achocolatado sabor morango e pão sovado com pasta de ricota	Chá e bolo de pão de queijo	Leite com achocolatado e pão de mel sem recheio
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz com ervilha e cenoura, iscas de frango grelhada, brócolis no vapor, salada de acelga com tomate e fruta da época	Arroz, feijão carioca, hambúrguer caseiro (carne moída), salada de agrião com beterraba (molho de manga, azeite, sal, salsinha) e fruta da época	Arroz, feijão carioca, panqueca de frango com requeijão, salada verde com cenoura e fruta da época	Arroz, feijão preto, carne moída refogada, berinjela a parmejana, salada verde e fruta da época	Arroz, lentilha, cação ao molho, chips de batata doce, salada de alface com tomate e fruta da época
	26/08	27/08	28/08	29/08	30/08
DESJEJUM	Leite com achocolatado e pão francês com margarina	Leite com achocolatado sabor morango e torrada com queijo	Chá e bolo de fubá	Leite com achocolatado e bisnaguinha com requeijão	Suco de fruta e pão sovado com ricota
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, omelete de pizza, salada verde com pepino e fruta da época	Arroz, feijão carioca, carne desfiada com abobora, salada de escarola e fruta da época	Arroz, feijão carioca, frango empanada com aveia (assado), creme de milho, salada de repolho roxo e fruta da época	Arroz, lentilha, sobrecoxa assada, vagem refogada, salada de alface com acelga, beterraba e fruta da época	Arroz, feijão carioca, carne assada, espinafre refogado, maionese e gelatina
OBS: Os legumes e verduras podem ser substituídos caso não haja disponibilidade de compras. RT: Paula F. M. de Almeida CRN 28128					

Praça Frederico Ozanan, 158 • Moinho Velho  
Ipiranga • São Paulo • SP • CEP 04286-010  
Tel. (11) 2219-6320  
[www.colegiovirgempoderosa.com.br](http://www.colegiovirgempoderosa.com.br)  
@colegiovicentinovirgempoderosa



COLÉGIO VICENTINO  
**VIRGEM PODEROSA**