

COLÉGIO SINODAL - BRINQUEDOTECA, INTEGRAL e BILÍNGUE

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN:9889

CARDÁPIO SEMANAL DE 11/09 à 15/09

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Lentilha Isclas de carne grelhada Polenta cremosa Jardineira de legumes	Arroz branco Arroz Integral com brócolis Feijão Moída com moranga Ovos picado	Arroz branco Feijão Frango ao molho nutritivo Massa integral Legumes	Arroz branco Arroz Integral Feijão Bolinho de peixe Ovos picados Batata com milho refogada na manteiga	Arroz Branco Feijão Coxinha da asa Massa integral Legumes yakissoba
SALADAS	Brócolis Couve Flor	Beterraba cozida Alface americana	Mix de reolho Tomate	Pepino Couve flor	Alface Americana Tomate
SUCO PARA FUNDAMENTAL	Limonada	Maracujá	Laranja	Uva Integral	Limonada
SOBREMESA	Fruta: abacaxi e laranja	Fruta: melão e morango	Fruta: mamão e laranja	Fruta: morango e abacaxi	Fruta: melão e laranja
SOBREMESA PARA FUNDAMENTAL		Gelatina		Pudim de chocolate	

· Cardápio sujeito a mudanças de acordo com a oferta do mercado.

· É oferecido água no almoço.

COLÉGIO SINODAL - BRINQUEDOTECA E INTEGRAL e BILÍNGUE

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN: 9889

CARDÁPIO SEMANAL DE 18/09 à 22/09

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Arroz Integral Lentilha Picadinho de carne Ovos picado Moranga com milho	Arroz branco Feijão Frango grelhado Polenta cremosa Jardineira de legumes	FERIADO	Arroz Feijão Filé de peixe Ovos mexidos Batata corada com legumes	Arroz Feijão Carreteiro de carne Ovos picados Legumes
SALADAS	Tomate Brócolis	Cenoura cozida palito Alface americana	FERIADO	Alface americana Tomate	Cenoura cozida palito Couve flor
SUCO PARA FUNDAMENTAL	Limonada	Maracujá	FERIADO	Uva Integral	Limonada
SOBREMESA	Fruta: abacaxi e laranja	Fruta: melão e morango	FERIADO	Fruta: morango e abacaxi	Fruta: melão e laranja
SOBREMESA PARA FUNDAMENTAL		Gelatina com creme	FERIADO	Pudim morango	

- Cardápio sujeito a mudanças de acordo com a oferta do mercado.
- É oferecido água no almoço.