

COLÉGIO SINODAL - BRINQUEDOTECA, INTEGRAL e BILÍNGUE

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN:9889

CARDÁPIO SEMANAL DE 06/11 à 10/11

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Lentilha Carne de Panela Batata refogada na manteiga Cenoura com ovos	Arroz branco Almôndegas Ovos picados Massa integral Moranga com milho	Arroz branco Feijão Frango ao molho nutritivo Polenta cremosa Jardineira de legumes	Arroz branco Feijão Peixe ao gergelin Purê de batata Cenoura com ovos	Arroz branco Feijão Panqueca de carne Ovos picado Legumes yakissoba
SALADAS	Brócolis Couve Flor	Beterraba cozida Alface americana	Mix de repolho Tomate	Alface americana Couve flor	Beterraba cozida Tomate
SUCO PARA FUNDAMENTAL	Limonada	Uva Integral	Laranja	Limonada	Uva Integral
SOBREMESA	Fruta: abacaxi e laranja	Fruta: melão e mamão	Fruta: laranja e abacaxi	Fruta: mamão e abacaxi	Fruta: laranja e melão
SOBREMESA PARA FUNDAMENTAL		Gelatina com creme		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 13/11 à 17/11

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Lentilha Moída refogada com milho Jardineira de legumes Polenta cremosa	Arroz branco Feijão Picadinho de frango grelhado Purê de batata com espinafre Repolho refogado	FERIADO	Arroz branco Feijão Mini hamburguer Ovos cozido Massa integral com legumes	Arroz branco Feijão Picadinho de frango com espinafre Polenta cremosa Milho com ervilhas na manteiga
SALADAS	Tomate Brócolis	Cenoura cozida palito Alface americana	FERIADO	Alface americana Couve flor	Beterraba cozida Tomate
SUCO PARA FUNDAMENTAL	Limonada	Laranja	FERIADO	Uva Integral	Limonada
SOBREMESA	Fruta: abacaxi e laranja	Fruta: melão e mamão	FERIADO	Fruta: laranja e abacaxi	Fruta: melância
SOBREMESA PARA FUNDAMENTAL		Gelatina com creme	FERIADO	Pudim de morango	

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