

COLÉGIO SINODAL - BRINQUEDOTECA, INTEGRAL e BILÍNGUE

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN:9889

CARDÁPIO SEMANAL DE 25/09 à 29/09

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Lentilha Frango ao molho nutritivo Ovos picado Polenta cremosa Jardineira de legumes	Arroz branco Arroz Integral Feijão Bifinho grelhado Moranga com milho	Arroz branco Feijão Moída refogada Ovos picado Legumes	Arroz branco Feijão Filé de peixe empanado com gergelin Batata assada ao azeite de oliva	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 02/10 à 06/10

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Arroz Integral Lentilha Picadinho de frango grelhado Ovos picado Polenta cremosa	Arroz branco Feijão Bifinho grelhado Massa integral com legumes Moranga na salsa	Arroz branco Feijão Panqueca de carne Ovos picado Legumes	Arroz Feijão Filé de peixe Sufê de cenoura com espinafre Batata corada com legumes	Arroz branco Feijão Risoto de frango Ovos picado Mini pizza de legumes
SALADAS	Tomate Brócolis	Cenoura cozida palito Alface americana	Mix de reolho Tomate	Alface americana Tomate	Cenoura cozida palito Couve flor
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 com creme		Pudim morango	

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