

COLÉGIO SINODAL - BRINQUEDOTECA, INTEGRAL e BILÍNGUE

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: Camila Abreu Rodrigues

CRN:9889

CARDÁPIO SEMANAL DE 31/07 à 04/08

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco Lentilha Cubinhos de frango grelhado Bifinho grelhado Polenta cremosa Jardineira de legumes	Arroz branco/Arroz Integral Feijão Carne de panela Filézinho de frango grelhado Espaguete com vegetais Batata doce corada	Arroz branco Feijão Bifinho de panela Ovos mexidos Moranga na salsa Bolinho de legumes	Arroz branco/Arroz Integral Feijão Bolinho de peixe Isclas ao molho de tomate Espaguete Seleta de legumes	Arroz Branco Feijão Frango ao molho nutritivo (beterraba com cenoura) Almôndegas Polenta gratinada com queijo Apim com farofa
SALADAS	Cenoura cozida palito Brócolis	Beterraba cozida Alface americana	Mix de reolho Tomate	Pepino Couve flor	Alface Americana Tomate
SUCO	Limonada	Uva Integral	Laranja	Uva Integral	Limonada
SOBREMESA	Fruta: abacaxi e laranja	Fruta: melão e bergamota	Fruta: morango e laranja	Fruta: mamão e abacaxi	Fruta: melão e bergamota
SOBREMESA PARA FUNDAMENTAL		Gelatina		Mousse de limão	

· 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 07/08 à 11/08

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz branco/Arroz Integral Lentilha Almôndegas ao sugo Cubinhos de frango à capira Espaguete Jardineira de legumes na manteiga	Arroz branco Feijão Bifinho de panela Ovos mexidos Moranga na salsa Couve refogada	Arroz branco Feijão Frango assado Aipim Yakissoba de vegetais	Arroz Integral/Arroz Integral Feijão Bolinho de peixe Picadinho de carne com molho Batata no vapor Seleta de legumes	Arroz Branco Feijão Entrevero (carne bovina, coração, frango) Espetinho de ovos Polenta gratinada com queijo Mini pizza de abóbrinha italiana
SALADAS	Cenoura cozida palito Brócolis	Beterraba cozida Alface americana	Mix de reolho Tomate	Pepino Couve flor	Alface Americana Tomate
SUCO	Limonada	Laranja	Uva integral	Limonada	Laranja
SOBREMESA	Fruta: abacaxi e manga	Fruta: kiwi e bergamota	Fruta: mamão e laranja de umbigo	Fruta: abacaxi e bergamota	Fruta: laranja de umbigo 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.