



SEMANA	SEMANA 1					SEMANA 2				
REFEIÇÃO	05/11/18	06/11/18	07/11/18	08/11/18	09/11/18	12/11/18	13/11/18	14/11/18	15/11/18	16/11/18
LANCHE	Iogurte com cereal Matinal Suco: Laranja Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Projeto: SANDUÍCHE COLORIDO  Suco de maracujá Fruta: Sortida Café/achocolatado Leite/Bolacha salgada	Bolacha salgada c/ requeijão Fruta: Sortida Suco: Pêssego Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Pão massinha c/ frios Fruta: Sortida Suco de Uva Café/achocolatado Leite/Biscoito sortido	Bolo de milho Suco: Tangerina Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Bolacha salgada	Pão cacetinho c/ patê caseiro Suco: Laranja Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Bolo mesclado Suco: Uva Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Bol. Salgada	Pizza de sardinha Suco: pêssego Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Bolacha salgada	FERIADO PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA 	FERIADO PONTE
ALMOÇO	Arroz/Feijão Bife na chapa Cubos de frango com molho Massa gravatinha com molho de queijo Salada: alface/ tomate/cenoura ralada	Arroz/Feijão Guisadinho de carne Moranga refogada Frango grelhado Farofa Salada: alface/rúcula Tomate/cenoura Sob. Mosaico gelatina	Arroz /Feijão Isclas de carne com molho de tomates Filé de frango na chapa Purê de batata Salada mix de folhas/ tomate/Salada mista	Arroz/feijão/ lentilha Omelete de frios Isclas de carne na chapa Jardineira de legumes Salada: do chef Sob: abacaxi picadinho	Arroz /Feijão Lasanha bolonhesa Isclas de frango grelhadas Legumes refogados Salada mix de folhas/ tomate/Salada do chef	Arroz / Feijão Escondidinho de frango Bife na chapa Legumes gratinados Salada: alface/ tomate/vagem	Arroz /Feijão Frango assado Isclas de carne grelhadas Polenta mole Sal: alface/rúcula tomate/cenoura Sob: salada de frutas	Arroz /feijão/ Lentilha Bife à milanesa Frango na chapa Batata rústica Salada mix de folhas/ tomate/Salada do chef		
LANCHE	Sanduiche integral Suco: laranja Fruta: Melancia	Musse Biscoito Fruta: maçã	Empada Fruta: Melão Suco: Pêssego	Bolo de caseiro Suco: Uva Fruta: Banana	Pastel de forno Suco: Tangerina Fruta: fruta sortida	Iogurte Barra de cereais Fruta: Maçã	Sanduiche de chester Suco de Laranja Fruta: Melancia	Esfiha Suco: Tangerina Fruta: Mamão		
SEMANA	SEMANA 3					SEMANA 4				
REFEIÇÃO	19/11/18	20/11/18	21/11/18	22/11/18	23/11/18	26/11/18	27/11/18	28/11/18	29/11/18	30/11/18
LANCHE	Misto quente de forno Suco de Laranja Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Pizza de mussarela c/ tomate Suco: Maracujá Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Pão c/ patê ou requeijão Suco de Uva Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Bolacha salgada	Bolo de laranja Suco: Tangerina Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Sanduiche de frios Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Bolacha salgada	Pão massinha c/chester Suco: Laranja Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Bolo mesclado Suco: Uva Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite Bolacha Salgada	Pizza de frios Suco: Maracujá Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido	Mini croissant Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite Bolacha salgada	Pão de forma c/ requeijão Suco: Maracujá Fruta: Sortida Café/achocolatado/ Leite/Biscoito sortido
ALMOÇO	Arroz / feijão Carne de panela Frango grelhado Torta de batatas Salada: alface/rúcula tomate/abobrinha italiana	Arroz / feijão/lentilha Peixe à milanesa Frango na chapa Purê de legumes Salada: alface Tomate/cebola Sob: Mix de frutas	Arroz /Feijão Bife à milanesa Frango grelhado Polenta mole c/ queijo ralado Salada: alface/ tomate/batata vinagrete	Arroz / Feijão Fricassê de frango Isclas de carne na chapa Batata palha Salada: (Projeto Prato Colorido) Jardineira Sob. Gelatina colorida 	Arroz /Feijão Omelete Frango grelhado Macarrão ao molho de tomates Salada: alface/ tomate/beterraba	Arroz / feijão Almôndega c/molho Frango grelhado Macarronada Salada: alface/rúcula Tomate/chuchu	Arroz /Feijão Frango ao molho de ervilhas Bife na chapa Polenta palito Salada: mix de folhas Tomate/jardineira Sob. Salada de fruta	Arroz / Lentilha Guisadinho de batata Frango grelhado Jardineira de legumes Salada: alface/rúcula Tomate/ Salada do chef	Arroz / Feijão Lasanha de frango c/ molho branco Bife na chapa Jardineira de legumes Salada: do chef SOBREMESA ESPECIAL: ANIVERSARIOS DO MÊS 	Arroz / Feijão Isclas de carne ao molho roti Frango grelhado Aipim sauté Salada: alface/rúcula Tomate/ Salada do chef
	Bolo de chocolate Suco de Tangerina Fruta: maçã	Sanduiche natural Suco de maracujá Fruta: Banana	Salgado de forno Suco de laranja Fruta: salada de fruta	Pão massinha c/ pasta de requeijão Suco: Abacaxi Fruta: melancia	Iogurte de frutas Biscoito Fruta: sortida	Empanada Suco de Laranja Fruta: Maçã	Sanduiche de frios Suco uva Fruta: banana	Muffin Suco: maracujá Fruta: melão	Sanduiche integral c/ chester Suco de laranja Fruta: Mamão	Salgado de forno Suco: maracujá Fruta: Mix de frutas

 Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
Oferecemos diariamente como sobremesa fruta e arroz integral no almoço.

14 de Novembro!
Dia Nacional da Alfabetização





Intolerância ou Alergia à Lactose



SEMANA	SEMANA 1					SEMANA 2				
REFEIÇÃO	05/11/18	06/11/18	07/11/18	08/11/18	09/11/18	12/11/18	13/11/18	14/11/18	15/11/18	16/11/18
LANCHE	logurte especial (trazer) Fruta: Sortida Suco: Pêssego Leite especial Biscoito especial	Projeto: SANDUÍCHE COLORIDO Sem leite Suco de Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolacha salgada c/ geléia Fruta: Sortida Suco: Pêssego Leite especial Biscoito especial	Sanduíche de presunto Suco: Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo de milho sem leite Suco: Tangerina Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão cacetinho c/ margarina Becel Suco: Laranja Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo mesclado sem leite Suco: Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Sanduíche de presunto Suco: pêssego Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	FERIADO	FERIADO PONTE
ALMOÇO	Arroz/Feijão Bife na chapa Cubos de frango com molho Massa gravatinha Salada: alface/ tomate/cenoura ralada	Arroz/Feijão Guisadinho de carne Moranga refogada Frango grelhado Farofa Salada: alface/rúcula Tomate/cenoura Sob. Mosaico gelatina	Arroz /Feijão Isclas de carne com molho de tomates Filé de frango na chapa Purê de batata sem leite Salada mix de folhas/ tomate/Salada mista	Arroz/feijão/ lentilha Omelete de presunto Isclas de carne na chapa Jardineira de legumes Salada: do chef Sob: abacaxi picadinho	Arroz /Feijão Lasanha bolonhesa sem queijo Isclas de frango grelhadas Legumes refogados Salada mix de folhas/ tomate/Salada do chef	Arroz / Feijão Escondidinho de frango sem leite Bife na chapa Legumes refogados Salada: alface/ tomate/vagem	Arroz /Feijão Frango assado Isclas de carne grelhadas Polenta mole Sal: alface/rúcula tomate/cenoura Sob: salada de frutas	Arroz /feijão/ Lentilha Bife à milanesa Frango na chapa Batata rústica Salada mix de folhas/ tomate/Salada do chef		
LANCHE	Pão com presunto e margarina Becel Suco: laranja Fruta: Melancia	Flan com leite especial Biscoito especial Fruta: Melancia	Tapioca Fruta: Melão Suco: Pêssego	Bolo caseiro sem leite Suco de uva Fruta: maçã	Sanduíche de presunto Suco: Tangerina Fruta: fruta sortida	Biscoito especial Suco de frutas Fruta: Maçã	Sanduíche de chester Suco de Laranja Fruta: Melancia	Salgado de forno especial sem leite Suco: Tangerina Fruta: Mamão		
SEMANA	SEMANA 3					SEMANA 4				
REFEIÇÃO	19/11/18	20/11/18	21/11/18	22/11/18	23/11/18	26/11/18	27/11/18	28/11/18	29/11/18	30/11/18
LANCHE	Torrada de chester Suco de Laranja Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pizza de presunto Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão c/ geléia Suco de Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo de laranja sem leite Suco: Tangerina Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Sanduíche de presunto Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão especial c/ chester Suco: Laranja Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo sem leite Suco: Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão especial Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pizza de forno sem leite Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão c/ margarina Becel Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial
ALMOÇO	Arroz / feijão Carne de panela Frango grelhado Batata vapor Salada alface/rúcula tomate/abobrinha italiana	Arroz / feijão/lentilha Peixe à milanesa Frango na chapa Purê de legumes sem leite Salada: Alface Tomate/cebola Sob: Mix de frutas	Arroz /Feijão Bife com molho roti Frango grelhado Polenta mole Salada: alface/ tomate/batata vinagrete	Arroz / Feijão Frango refogado Isclas de carne na chapa Batata palha Salada: (Projeto Prato Colorido) Jardineira Sob. Gelatina colorida	Arroz /Feijão Omelete Frango grelhado Macarrão ao molho de tomates Salada: alface/ tomate/beterraba	Arroz / feijão Almôndega c/molho Frango grelhado Macarronada Salada: alface/rúcula Tomate/chuchu	Arroz /Feijão Frango com ervilhas Bife na chapa Polenta palito Salada: mix de folhas Tomate/jardineira Sob. Salada de fruta	Arroz / Lentilha Guisadinho de batata Frango grelhado Jardineira de legumes Salada: alface/rúcula Tomate/ Salada do chef	Arroz / Feijão Lasanha de frango sem queijo Bife na chapa Jardineira de legumes Sal. Do Chef	Arroz / Feijão Isclas de carne ao molho roti Frango grelhado Apim sauté Salada: alface/beterraba Tomate/ Salada do chef
	Bolo sem leite Suco de Tangerina Suco de laranja Fruta: maçã	Sanduíche com pão especial e geléia Suco de Uva Fruta: Banana	Tapioca Suco de Tangerina Fruta: salada de fruta	Pão especial c/ margarina e presunto Suco: Abacaxi Fruta: melancia	Biscoito especial Suco de frutas Fruta: sortida	Salgado de forno especial sem leite Suco de Laranja Fruta: Maçã	Sanduíche de presunto Suco uva Fruta: banana	Bolo sem leite Suco: maracujá Fruta: melão	Pão c/ presunto Suco de laranja Fruta: Mamão	Salgado de forno especial sem leite Suco: maracujá Fruta: Mix de frutas

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado. Oferecemos diariamente como sobremesa fruta e arroz integral no almoço.

Conforme combinado em entrevista com os responsáveis pelo aluno alimentos de marcas especiais devem ser encaminhados para o colégio para a produção das preparações especiais de acordo com os cuidados alimentares diferenciados necessários para compor a alimentação adequada de cada aluno que possui alergia ou intolerância ao leite.

14 de Novembro!

Dia Nacional da Alfabetização



Maria Cristina F. da Silva
Nutricionista CRN-2 2779



Alergia a Proteína do Leite – APLV

SEMANA	SEMANA 1					SEMANA 2				
REFEIÇÃO	05/11/18	06/11/18	07/11/18	08/11/18	09/11/18	12/11/18	13/11/18	14/11/18	15/11/18	16/11/18
LANCHE	logurte especial (trazer) Fruta: Sortida Suco: Pêssego Leite especial Biscoito especial	Projeto: SANDUÍCHE COLORIDO Sem leite Suco de Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolacha salgada c/ geléia Fruta: Sortida Suco: Pêssego Leite especial Biscoito especial	Sanduíche de presunto Suco: Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo de milho sem leite Suco: Tangerina Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão cacetinho c/ margarina Becel Suco: Laranja Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo mesclado sem leite Suco: Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Sanduíche de presunto Suco: pêssego Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	FERIADO	FERIADO PONTE
ALMOÇO	Arroz/Feijão Bife na chapa Cubos de frango com molho Massa gravatinha Salada: alface/ tomate/cenoura ralada	Arroz/Feijão Guisadinho de carne Moranga refogada Frango grelhado Farofa Salada: alface/rúcula Tomate/cenoura Sob. Mosaico gelatina	Arroz /Feijão Isclas de carne com molho de tomates Filé de frango na chapa Purê de batata sem leite Salada mix de folhas/ tomate/Salada mista	Arroz/feijão/ lentilha Omelete de presunto Isclas de carne na chapa Jardineira de legumes Salada: do chef Sob: abacaxi picadinho	Arroz /Feijão Lasanha bolonhesa sem queijo Isclas de frango grelhadas Legumes refogados Salada: mix de folhas/ tomate/Salada do chef	Arroz / Feijão Escondidinho de frango sem leite Bife na chapa Legumes refogados Salada: alface/ tomate/vagem	Arroz /Feijão Frango assado Isclas de carne grelhadas Polenta mole Sal: alface/rúcula tomate/cenoura Sob: salada de frutas	Arroz /feijão/ Lentilha Bife à milanesa Frango na chapa Batata rústica Salada mix de folhas/ tomate/Salada do chef		
LANCHE	Pão com presunto e margarina Becel Suco: laranja Fruta: Melancia	Flan com leite especial Biscoito especial Fruta: Melancia	Tapioca Fruta: Melão Suco: Pêssego	Bolo caseiro sem leite Suco de uva Fruta: maçã	Sanduíche de presunto Suco: Tangerina Fruta: fruta sortida	Biscoito especial Suco de frutas Fruta: Maçã	Sanduíche de chester Suco de Laranja Fruta: Melancia	Salgado de forno especial sem leite Suco: Tangerina Fruta: Mamão		
SEMANA	SEMANA 3					SEMANA 4				
REFEIÇÃO	19/11/18	20/11/18	21/11/18	22/11/18	23/11/18	26/11/18	27/11/18	28/11/18	29/11/18	30/11/18
LANCHE	Torrada de chester Suco de Laranja Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pizza de presunto Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão c/ geléia Suco de Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo de laranja sem leite Suco: Tangerina Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Sanduíche de presunto Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão especial c/ chester Suco: Laranja Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Bolo sem leite Suco: Uva Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Salgado de forno especial Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pizza de forno sem leite Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial	Pão c/ margarina Becel Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite especial Biscoito especial
ALMOÇO	Arroz / feijão Carne de panela Frango grelhado Batata vapor Salada: alface/rúcula tomate/abobrinha italiana	Arroz / feijão/lentilha Peixe à milanesa Frango na chapa Purê de legumes sem leite Salada: Alface Tomate/cebola Sob: Mix de frutas	Arroz /Feijão Bife com molho roti Frango grelhado Polenta mole Salada: alface/ tomate/batata vinagrete	Arroz / Feijão Frango refogado Isclas de carne na chapa Batata palha Salada: (Projeto Prato Colorido) Jardineira Sob. Gelatina colorida	Arroz /Feijão Omelete Frango grelhado Macarrão ao molho de tomates Salada: alface/ tomate/beterraba	Arroz / feijão Almôndega c/molho Frango grelhado Macarronada Salada: alface/rúcula Tomate/chuchu	Arroz /Feijão Frango com ervilhas Bife na chapa Polenta palito Salada: mix de folhas Tomate/jardineira Sob. Salada de fruta	Arroz / Lentilha Guisadinho de batata Frango grelhado Jardineira de legumes Salada: alface/rúcula Tomate/ Salada do chef	Arroz / Feijão Lasanha de frango sem queijo Bife na chapa Jardineira de legumes Sal. Do Chef	Arroz / Feijão Isclas de carne ao molho roti Frango grelhado Apim sauté Salada: alface/beterraba Tomate/ Salada do chef
	Bolo sem leite Suco de Tangerina Suco de laranja Fruta: maçã	Sanduíche com pão especial e geléia Suco de Uva Fruta: Banana	Tapioca Suco de Tangerina Fruta: salada de fruta	Pão especial c/ margarina e presunto Suco: Abacaxi Fruta: melancia	Biscoito especial Suco de frutas Fruta: sortida	Salgado de forno especial sem leite Suco de Laranja Fruta: Maçã	Sanduíche de presunto Suco uva Fruta: banana	Bolo sem leite Suco: maracujá Fruta: melão	Pão c/ presunto Suco de laranja Fruta: Mamão	Salgado de forno especial sem leite Suco: maracujá Fruta: Mix de frutas

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado. Oferecemos diariamente como sobremesa fruta e arroz integral no almoço.

Conforme combinado em entrevista com os responsáveis pelo aluno alimentos de marcas especiais devem ser encaminhados para o colégio para a produção das preparações especiais de acordo com os cuidados alimentares diferenciados necessários para compor a alimentação adequada de cada aluno que possui alergia ou intolerância ao leite.

14 de Novembro!

Dia Nacional da Alfabetização



NUTRIENTES

Maria Cristina F. da Silva
Nutricionista CRN-2 2779

SEM GLÚTEN – DOENÇA CELÍACA

Restrição: Exclusão da dieta produtos produzidos com farinha de trigo, aveia centeio e cevada e derivados.

SEMANA	SEMANA 1					SEMANA 2				
REFEIÇÃO	05/11/18	06/11/18	07/11/18	08/11/18	09/11/18	12/11/18	13/11/18	14/11/18	15/11/18	16/11/18
LANCHE	Biscoito especial sem glúten Leite Fruta: Sortida Suco: Pêssego	Projeto: SANDUÍCHE COLORIDO sem glúten Suco de Uva Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten sem glúten	Biscoito especial sem glúten sem glúten Suco: Uva Fruta: Sortida Suco: Pêssego Leite	Misto quente com pão sem glúten Suco: Uva Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten sem glúten	Bolo especial sem glúten Suco: Tangerina Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Pão sem glúten c/ margarina Becel Suco: Laranja Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Bolo mesclado sem glúten Suco: Uva Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Sanduíche pão sem glúten Suco: pêssego Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	FERIADO	FERIADO PONTE
ALMOÇO	Arroz/Feijão Bife na chapa Cubos de frango com molho Refogado de legumes Salada: alface/tomate/cenoura ralada	Arroz/Feijão Guisadinho de carne Moranga refogada Frango grelhado Farofa Salada: alface/rúcula Tomate/cenoura Sob. fruta	Arroz /Feijão Isclas de carne com molho de tomates Filé de frango na chapa Purê de batata Salada mix de folhas/ tomate/Salada mista	Arroz/feijão/ lentilha Omelete de presunto Isclas de carne na chapa Jardineira de legumes Salada: do chef Sob: abacaxi picadinho	Arroz /Feijão Isclas de frango grelhadas Legumes refogados Salada mix de folhas/ tomate/Salada do chef	Arroz / Feijão Escondidinho de frango Bife na chapa Legumes gratinados Salada: alface/tomate/vagem	Arroz /Feijão Frango assado Isclas de carne grelhadas Polenta mole Sal: alface/rúcula tomate/cenoura Sob: salada de frutas	Arroz /feijão/ Lentilha Bife na chapa Frango na chapa Batata rústica Salada mix de folhas/ tomate/Salada do chef		
LANCHE	Pão sem glúten c/ presunto Suco: laranja Fruta: Melancia	Biscoito especial sem glúten Suco: Uva Fruta: maçã	Tapioca Fruta: Melão Suco: Pêssego	Bolo especial sem glúten Fruta: maçã Suco de uva	Sanduíche pão sem glúten Suco: Tangerina Fruta: fruta sortida	Biscoito especial sem glúten Suco: Uva Fruta: melancia	Sanduíche pão sem glúten Suco de Laranja Fruta: Maçã	Tapioca especial sem leite Suco: Tangerina Fruta: Mamão		
SEMANA	SEMANA 3					SEMANA 4				
REFEIÇÃO	19/11/18	20/11/18	21/11/18	22/11/18	23/11/18	26/11/18	27/11/18	28/11/18	29/11/18	30/11/18
LANCHE	Misto quente pão sem glúten Suco de Laranja Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Biscoito especial sem glúten Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite	Pão sem glúten c/ geléia Suco de Uva Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Bolo especial sem glúten Suco: Tangerina Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Sanduíche pão sem glúten presunto Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Sanduíche pão sem glúten c/ cheddar Suco: Laranja Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Bolo especial sem glúten Suco: Uva Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Sanduíche pão sem glúten c/ geléia Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten	Biscoito especial sem glúten Suco: Abacaxi Fruta: Sortida Leite	Pão sem glúten c/ margarina Becel Suco: Maracujá Fruta: Sortida Leite Biscoito especial sem glúten
ALMOÇO	Arroz / feijão Carne de panela Frango grelhado Torta de batatas Salada alface/rúcula tomate/abobrinha italiana	Arroz / feijão/lentilha Peixe grelhado Frango na chapa Purê de legumes Salada: Alface Tomate/cebola Sob: Mix de frutas	Arroz /Feijão Bife com molho roti Frango grelhado Polenta mole Salada: alface/tomate/batata vinagre	Arroz / Feijão Frango refogado Isclas de carne na chapa Batata palha Salada: (Projeto Prato Colorido) Jardineira Sob. Gelatina colorida 	Arroz /Feijão Omelete Frango grelhado Refogado de legumes Salada: alface/tomate/beterraba	Arroz / feijão Frango grelhado Refogado de legumes Salada: alface/rúcula Tomate/chuchu	Arroz /Feijão Frango com molho de ervilhas Bife na chapa Polenta palito Salada: mix de folhas Tomate/jardineira Sob. Salada de fruta	Arroz / Lentilha Guisadinho de batata Frango grelhado Jardineira de legumes Salada: alface/rúcula Tomate/ Salada do chef	Arroz / Feijão Frango com molho Bife na chapa Jardineira de legumes Salada do Chef SOBREMESA ESPECIAL: ANIVERSARIOS DO MÊS 	Arroz / Feijão Isclas de carne ao molho roti Frango grelhado Aipim refogado Salada: alface/beterraba Tomate/ Salada do chef
	Bolo especial sem glúten Suco de Tangerina Fruta: maçã	Sanduíche pão sem glúten Suco de Uva Fruta: Banana	Tapioca Suco de laranja Fruta: salada de fruta	Pão sem glúten c/ requeijão Suco: Abacaxi Fruta: melancia	Biscoito especial sem glúten Suco de frutas Fruta: sortida	Biscoito sem glúten Suco de Laranja Fruta: Maçã	Sanduíche pão sem glúten Suco uva Fruta: banana	Bolo sem glúten Suco: maracujá Fruta: melão	Sanduíche pão sem glúten Suco de laranja Fruta: Mamão	Biscoito especial Suco: maracujá Fruta: Mix de frutas

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado. Oferecemos diariamente como sobremesa fruta e arroz integral no almoço.

Conforme combinado em entrevista com os responsáveis pelo aluno alimentos de marcas especiais devem ser encaminhados para o colégio para a produção das preparações especiais de acordo com os cuidados alimentares diferenciados necessários para compor a alimentação adequada de cada aluno que possui alergia ou intolerância ao leite.

14 de Novembro!

Dia Nacional da Alfabetização



Maria Cristina F. da Silva
Nutricionista CRN-2 2779