



| REFEIÇÃO | 01/04/19                                                                                            | 02/04/19                                                                                                        | 03/04/19                                                                                          | 04/04/19                                                                                                   | 05/04/19                                                                           | 08/04/19                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 09/04/19                                                                                                            | 10/04/19                                                                                                       | 11/04/19                                                                                                   | 12/04/19                                                                               |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE   | logurte de frutas<br>Bolacha maisena<br>Frutas                                                      | Bolo caseiro<br>Suco<br>Frutas                                                                                  | Pizza de frios<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                        | Torradinhas de forno c/ geléia<br>Café com leite<br>Frutas                                                 | Chocolate quente<br>Biscoito sortido<br>Frutas                                     | Sanduíche de frios<br>Achocolatado<br>Frutas                                                                                                                                                                                                                                                                | Bolo formigueiro<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                                        | Cuca caseira<br>Frutas<br>Chocolate quente                                                                     | Sanduíche com patê caseiro<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                      | Pão cacetinho c/ requeijão<br>Café com leite<br>Frutas                                 |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão de cor<br>Bife na chapa<br>Sufilê de milho<br>Sal. Mista                             | Arroz / feijão de cor<br>Guisadinho bolonhesa<br>Purê de batatas<br>Sala. Beterraba c/ cenoura<br>Sob. Gelatina | Arroz/Feijão<br>Frango assado<br>Talharim ao molho de tomates<br>c/ beterraba<br>Salada de alface | Arroz / lentilha<br>Bife c/ queijo<br>Torta de legumes<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. Flan                     | Arroz / feijão<br>Peixe empanado<br>Batatas coradas<br>Salada mista                | Arroz / lentilha<br>Carne de panela<br>Macarrão penne ao molho natural<br>Salada de tomate                                                                                                                                                                                                                  | Arroz/Feijão de cor<br>Cubos de frango c/ molho<br>Batata dourada<br>Sal. Seleta<br>Sob. Salada de fruta            | Arroz / feijão<br>Guisadinho de carne c/ovo<br>Farofa colorida<br>Salada verde                                 | Arroz/ feijão<br>Lasanha de frango com molho branco<br>Jardineira de legumes<br>Salada mista<br>Sob. Musse | Arroz / feijão<br>Bolinho de peixe<br>Sufilê de legumes<br>Salada mista                |
| LANCHE   | Bolo de laranja<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                          | Pão de queijo<br>Suco de Uva<br>Fruta: Manga                                                                    | Sanduíche de frango<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                    | Pudim de chocolate<br>Biscoito<br>Frutas                                                                   | Pizza caseira de mussarela<br>suco<br>Fruta                                        | Salgado de forno<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mini-sanduíche de chester<br>achocolatado<br>Fruta                                                                  | Pizza de sardinha<br>Suco: Tangerina<br>Fruta: Salada de fruta                                                 | Bolo de cenoura<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                 | logurte<br>Barra de cereais<br>Fruta                                                   |
| REFEIÇÃO | 15/04/19                                                                                            | 16/04/19                                                                                                        | 17/04/19                                                                                          | 18/04/19                                                                                                   | 19/04/19                                                                           | 22/04/19                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 23/04/19                                                                                                            | 24/04/19                                                                                                       | 25/04/19                                                                                                   | 26/04/19                                                                               |
| LANCHE   | Pão mini-cacetinho c/ requeijão<br>Café com leite<br>Frutas                                         | Misto quente<br>Suco<br>frutas                                                                                  | Bolo de milho<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                         | Pão de forma c/ frios<br>Café com leite<br>Frutas                                                          | FERIADO                                                                            | Torrada de frios<br>Suco<br>frutas                                                                                                                                                                                                                                                                          | Bolo<br>Achocolatado quente<br>Fruta                                                                                | Pão massinha c/ requeijão<br>Suco de frutas<br>fruta                                                           | Pizza de frango<br>suco<br>Frutas                                                                          | Bolacha salgada com queijo<br>Café com leite<br>frutas                                 |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Frango grelhado<br>Polenta ao molho de tomate<br>Salada de beterraba e couve-flor | Arroz /Lentilha<br>Rocambole de carne c/ ovo cozido<br>quibebe<br>Sal. colorida<br>Sob. Flan de morango         | Arroz/ feijão<br>Bife acebolado<br>Sufilê de legumes<br>Salada de alface e tomate                 | Arroz / Feijão<br>Peixe crocante<br>Purê de batatas<br>Salada mista<br>Sob. Gelatina colorida              |  | Arroz/Feijão<br>Escalopinho ao molho roti<br>Sufilê de queijo<br>Salada verde                                                                                                                                                                                                                               | Arroz Lentilha<br>Tirinhas de frango ao molho de tomates<br>Polenta palito<br>Sal. Colorida<br>Sob. Salada de fruta | Arroz / feijão<br>Bife de frango empanado<br>Macarrão ao molho de tomates<br>Salada de folhas verdes e cenoura | Arroz / feijão<br>Hambúrguer c/ molho<br>Batata assada<br>Salada de mista                                  | Arroz / feijão<br>Estrogonofe<br>Batata palha<br>Jardineira de legumes<br>Salada mista |
| LANCHE   | Salgado de forno<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                         | Bolo de chocolate<br>Milk-shake<br>quentinho de morango/Fruta                                                   | Sanduíche natural<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                      | logurte de frutas<br>Biscoito<br>Fruta: sortida                                                            |                                                                                    | Chocolate quente<br>Rosquinhas de leite<br>fruta                                                                                                                                                                                                                                                            | Sanduíche de chester<br>Suco uva<br>Fruta: banana                                                                   | Bolo de Milho<br>achocolatado<br>Fruta                                                                         | Pão de queijo<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                   | Pão massinha c/ patê caseiro<br>Suco de frutas<br>Fruta                                |
| REFEIÇÃO | 29/04/19                                                                                            | 30/04/19                                                                                                        | 01/05/19                                                                                          | 02/05/19                                                                                                   | 03/05/19                                                                           | <div><h1>Feliz Páscoa!</h1><div><p>Maria Cristina F. da Silva<br/>Nutricionista CRN-2 2779<br/>Mestre em Nutrição</p></div></div> |                                                                                                                     |                                                                                                                |                                                                                                            |                                                                                        |
| LANCHE   | Sanduíche de chester<br>suco<br>Frutas                                                              | Chocolate quente<br>Biscoito sortido<br>frutas                                                                  | FERIADO                                                                                           | Prensado de frios<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                              | Bolo caseiro<br>Achocolatado<br>Frutas                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                     |                                                                                                                |                                                                                                            |                                                                                        |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Guisadinho ao molho de tomates<br>Nhoque da sorte<br>Salada mista                 | Arroz / feijão<br>Filé de frango<br>Milho na manteiga<br>Salada: Jardineira de legumes                          |                                                                                                   | Arroz / feijão<br>Escondidinho de carne<br>Refogado de legumes<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. Chico balanceado | Arroz/ Feijão<br>Frango assado c/ batatas<br>Salada colorida                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                     |                                                                                                                |                                                                                                            |                                                                                        |
| LANCHE   | Bolo de maçã<br>Suco de laranja<br>Fruta: banana                                                    | Sanduíche farroupilha<br>Suco: Abacaxi<br>Fruta: melancia                                                       |                                                                                                   | logurte de frutas<br>Biscoito<br>Fruta: sortida                                                            | Torrada de queijo.<br>Suco: Maracujá<br>Fruta: Banana                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                     |                                                                                                                |                                                                                                            |                                                                                        |

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



**Alérgico a Proteína do Leite de Vaca. Restrição: qualquer preparação com leite e derivados.**

**OBS: Ler Rótulo dos produtos. Mãe vai trazer prescrição medica para o colégio com lista de restrições e leite especial.**

| REFEIÇÃO | 01/04/19                                                                                            | 02/04/19                                                                                                 | 03/04/19                                                                                | 04/04/19                                                                                              | 05/04/19                                                                           | 08/04/19                                                                                                                                                                                                                                                       | 09/04/19                                                                                                  | 10/04/19                                                                                                       | 11/04/19                                                                                             | 12/04/19                                                                                      |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE   | Leite especial (trazer)<br>Biscoito especial<br>Frutas                                              | Bolo especial sem leite<br>suco<br>Frutas                                                                | Pizza de presunto sem leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                 | Torradinhas de forno c/ geléia<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                   | Bolachinhas água e sal com geléia<br>Leite especial (trazer)/Fruta                 | Sanduíche de presunto<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                                                                                                                                                                                     | Bolo sem leite<br>Fruta<br>Suco de frutas                                                                 | Torradinhas de forno c/ geléia<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                            | Sanduíche com presunto sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                          | Pão cacetinho<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                            |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão de cor<br>Bife na chapa<br>Milho refogado<br>Sal. Mista                              | Arroz / feijão de cor<br>Guisadinho bolonhesa<br>Purê de batatas sem leite<br>Sala. Beterraba c/ cenoura | Arroz/Feijão<br>Frango assado<br>Talharim com molho<br>c/ beterraba<br>Salada de alface | Arroz / lentilha<br>Bife na chapa<br>Refogado de legumes<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. Pêssego picadinho | Arroz / feijão<br>Peixe grelhado<br>Batatas coradas<br>Salada mista                | Arroz / lentilha<br>Carne de panela<br>Macarrão penne ao molho natural<br>Salada de tomate                                                                                                                                                                     | Arroz/Feijão de cor<br>Cubos de frango c/ molho<br>Batata dourada<br>Sal. Seleta<br>Sob. Salada de fruta  | Arroz / feijão<br>Guisadinho de carne c/ovo<br>Farofa<br>Salada verde                                          | Arroz/ feijão<br>Massinha com frango desfiado<br>Jardineira de legumes<br>Salada mista<br>Sob. Fruta | Arroz / feijão<br>Bolinho de peixe<br>Legumes refogados<br>Salada mista                       |
| LANCHE   | Bolo de laranja sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                | Pão cacetinho com geléia<br>Suco de Uva<br>Fruta: Manga                                                  | Sanduíche de frango sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                | Leite especial (especial trazer)<br>Biscoito especial (trazer)/Frutas                                 | Torradinha c/ geléia<br>Leite especial (trazer)/Frutas                             | Pão c/ presunto<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                                                                                                                                                                     | Sanduíche de chester<br>Leite especial (trazer)<br>Fruta                                                  | Pizza de sardinha sem queijo<br>Suco /Fruta                                                                    | Bolo de cenoura sem leite<br>Suco /Fruta                                                             | Leite especial (trazer)<br>Biscoito especial (trazer)/Frutas                                  |
| REFEIÇÃO | 15/04/19                                                                                            | 16/04/19                                                                                                 | 17/04/19                                                                                | 18/04/19                                                                                              | 19/04/19                                                                           | 22/04/19                                                                                                                                                                                                                                                       | 23/04/19                                                                                                  | 24/04/19                                                                                                       | 25/04/19                                                                                             | 26/04/19                                                                                      |
| LANCHE   | Pão mini-cacetinho c/ geléia<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                   | Pão c/ margarina<br>Becel sem leite<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                 | Bolo de milho sem leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                     | Pão de forma c/ presunto<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                         | FERIADO                                                                            | Pão c/ margarina<br>Becel sem leite<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                                                                                                                                                                       | Bolo sem leite<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                                       | Pão c/ geléia<br>Suco de frutas<br>fruta                                                                       | Pizza de frango sem leite<br>suco<br>Frutas                                                          | Bolachinhas água e sal com geléia<br>Leite especial (trazer)<br>Fruta                         |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Frango grelhado<br>Polenta ao molho de tomate<br>Salada de beterraba e couve-flor | Arroz /Lentilha<br>Rocambole de carne c/ ovo cozido<br>quibebe<br>Sal. colorida<br>Sob. fruta            | Arroz/ feijão<br>Bife acebolado<br>Refogado de legumes<br>Salada de alface e tomate     | Arroz / Feijão<br>Peixe crocante<br>Purê de batatas sem leite<br>Salada mista<br>Sob. fruta           |  | Arroz/Feijão<br>Escalopinho ao molho roti<br>Refogado de legumes<br>Salada verde                                                                                                                                                                               | Arroz Lentilha<br>Tirinhas de frango ao molho de tomates<br>Polenta palito<br>Sal. Colorida<br>Sob. fruta | Arroz / feijão<br>Bife de frango empanado<br>Macarrão ao molho de tomates<br>Salada de folhas verdes e cenoura | Arroz / feijão<br>Hambúrguer c/ molho<br>Batata assada<br>Salada de mista                            | Arroz / feijão<br>Picadinho de carne<br>Batata palha<br>Jardineira de legumes<br>Salada mista |
| LANCHE   | Pão c/ margarina<br>Becel<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                | Bolo caseiro sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                        | Sanduíche natural sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                  | Leite especial (trazer)<br>Biscoito especial (trazer)/Frutas                                          |                                                                                    | Bolachinhas água e sal com geléia<br>Leite especial (trazer)/Fruta                                                                                                                                                                                             | Sanduíche de chester<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                           | Bolo sem leite<br>Leite especial (trazer)<br>Frutas                                                            | Pão c/ presunto<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                           | Pão c/ geléia<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                      |
| REFEIÇÃO | 29/04/19                                                                                            | 30/04/19                                                                                                 | 01/05/19                                                                                | 02/05/19                                                                                              | 03/05/19                                                                           | <div><div><div>Maria Cristina F<br/>Nutricionista CR<br/>Mestre em</div></div></div> |                                                                                                           |                                                                                                                |                                                                                                      |                                                                                               |
| LANCHE   | Sanduíche de chester<br>Suco<br>Frutas                                                              | Bolachinhas água e sal com geléia<br>Leite especial (trazer)/Fruta                                       | FERIADO                                                                                 | Prensado de presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                      | Bolachinhas especial sem leite<br>Leite especial (trazer) Fruta                    |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                           |                                                                                                                |                                                                                                      |                                                                                               |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Guisadinho ao molho de tomates<br>Batata vapor<br>Salada mista                    | Arroz / feijão<br>Filé de frango<br>Milho refogado<br>Salada: Jardineira de legumes                      |                                                                                         | Arroz / feijão<br>Escondidinho de carne<br>Refogado de legumes<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. fruta       | Arroz/ Feijão<br>Frango assado c/ batatas<br>Salada colorida                       |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                           |                                                                                                                |                                                                                                      |                                                                                               |
| LANCHE   | Bolo caseiro sem leite<br>Suco /Fruta                                                               | Leite especial (trazer)<br>Biscoito especial<br>Frutas                                                   |                                                                                         | Sanduíche farroupilha sem queijo<br>Suco/ fruta                                                       | Torradinhas com geléia<br>Suco/ fruta                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                           |                                                                                                                |                                                                                                      |                                                                                               |

# Feliz Páscoa!



Maria Cristina F. da Silva  
Nutricionista CRN-2 2779  
Mestre em Nutrição

 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 a proteína do leite de vaca.



# Cardápio ABRIL 2019

## Alergia ou intolerância a Lactose



| REFEIÇÃO | 01/04/19                                                                                                     | 02/04/19                                                                                                                           | 03/04/19                                                                                                       | 04/04/19                                                                                                    | 05/04/19                                                                           | 08/04/19                                                                                      | 09/04/19                                                                                                        | 10/04/19                                                                                                                | 11/04/19                                                                                                   | 12/04/19                                                                                            |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE   | Leite especial<br>Biscoito especial<br>Frutas                                                                | Bolo especial<br>sem leite<br>suco<br>Frutas                                                                                       | Pizza de<br>presunto sem<br>leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                  | Torrinhas de<br>forno c/ geléia<br>Leite especial<br>Frutas                                                 | Bolachinhas<br>água e sal com<br>geléia<br>Leite especial<br>Fruta                 | Sanduíche de<br>presunto<br>Leite especial<br>Frutas                                          | Bolo sem leite<br>Fruta<br>Suco de frutas                                                                       | Torrinhas de<br>forno c/ geléia<br>Leite especial<br>Frutas                                                             | Sanduíche com<br>presunto sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                             | Pão cacetinho<br>Leite especial<br>Frutas                                                           |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão de<br>cor<br>Bife na chapa<br>Milho refogado<br>Sal. Mista                                    | Arroz / feijão de<br>cor<br>Guisadinho<br>bolonhesa<br>Purê de batatas<br>sem leite<br>Sala. Beterraba<br>c/ cenoura<br>Sob. fruta | Arroz/Feijão<br>Galinha ao<br>molho de<br>tomates<br>Taharim ao<br>natural<br>c/ beterraba<br>Salada de alface | Arroz / lentilha<br>Bife na chapa<br>Refogado de<br>legumes<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. Pêssego<br>picadinho | Arroz / feijão<br>Peixe grelhado<br>Batatas coradas<br>Salada mista                | Arroz / lentilha<br>Carne de panela<br>Macarrão penne<br>ao molho natural<br>Salada de tomate | Arroz/Feijão de cor<br>Cubos de frango c/<br>molho<br>Batata dourada<br>Sal. Seleta<br>Sob. Salada de<br>fruta  | Arroz / feijão<br>Guisadinho de<br>carne c/ovo<br>Farofa<br>Salada verde                                                | Arroz/ feijão<br>Massinha com<br>frango desfiado<br>Jardineira de<br>legumes<br>Salada mista<br>Sob. Fruta | Arroz / feijão<br>Bolinho de peixe<br>Legumes<br>refogados<br>Salada mista                          |
| LANCHE   | Bolo de laranja<br>sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                      | Pão cacetinho<br>com geléia<br>Suco de Uva<br>Fruta: Manga                                                                         | Sanduíche de<br>frango sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                    | Leite especial<br>Biscoito especial<br>Frutas                                                               | Torrinha c/<br>geléia<br>Leite especial<br>Frutas                                  | Pão c/ presunto<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                    | Sanduíche de<br>chester<br>Leite especial<br>Fruta                                                              | Pizza de sardinha<br>sem queijo<br>Suco /Fruta                                                                          | Bolo de cenoura<br>sem leite<br>Suco /Fruta                                                                | Leite especial<br>Biscoito especial<br>Frutas                                                       |
| REFEIÇÃO | 15/04/19                                                                                                     | 16/04/19                                                                                                                           | 17/04/19                                                                                                       | 18/04/19                                                                                                    | 19/04/19                                                                           | 22/04/19                                                                                      | 23/04/19                                                                                                        | 24/04/19                                                                                                                | 25/04/19                                                                                                   | 26/04/19                                                                                            |
| LANCHE   | Pão mini-<br>cacetinho c/ geléia<br>Leite especial<br>Frutas                                                 | Pão c/ margarina<br>Becel sem leite<br>Leite especial<br>Frutas                                                                    | Bolo de milho<br>sem leite<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                         | Pão de forma c/<br>presunto<br>Leite especial<br>Frutas                                                     | FERIADO                                                                            | Pão c/ margarina<br>Becel sem leite<br>Leite especial<br>Frutas                               | Bolo sem leite<br>Leite especial<br>Frutas                                                                      | Pão c/ geléia<br>Suco de frutas<br>fruta                                                                                | Pizza de frango<br>sem leite<br>suco<br>Frutas                                                             | Bolachinhas água<br>e sal com geléia<br>Leite especial<br>Fruta                                     |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Frango grelhado<br>Polenta ao molho<br>de tomate<br>Salada de<br>beterraba e<br>couve-flor | Arroz /Lentilha<br>Rocambole de<br>carne c/ ovo<br>cozido<br>quibebé<br>Sal. colorida<br>Sob. fruta                                | Arroz/ feijão<br>Bife acebolado<br>Refogado de<br>legumes<br>Salada de alface<br>e tomate                      | Arroz / Feijão<br>Peixe crocante<br>Purê de batatas<br>sem leite<br>Salada mista<br>Sob. fruta              |  | Arroz/Feijão<br>Escalopinho ao<br>molho roti<br>Refogado de<br>legumes<br>Salada verde        | Arroz Lentilha<br>Tirinhas de frango<br>ao molho de<br>tomates<br>Polenta palito<br>Sal. Colorida<br>Sob. fruta | Arroz / feijão<br>Bife de frango<br>empanado<br>Macarrão ao molho<br>de tomates<br>Salada de folhas<br>verdes e cenoura | Arroz / feijão<br>Hambúrguer c/<br>molho<br>Batata assada<br>Salada de mista                               | Arroz / feijão<br>Picadinho de<br>carne<br>Batata palha<br>Jardineira de<br>legumes<br>Salada mista |
| LANCHE   | Pão c/ margarina<br>Becel<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                         | Bolo caseiro sem<br>leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                               | Sanduíche<br>natural sem leite<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                      | Leite especial<br>Biscoito especial<br>Frutas                                                               |                                                                                    | Bolachinhas água<br>e sal com geléia<br>Leite especial<br>Fruta                               | Sanduíche de<br>chester<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                              | Bolo sem leite<br>Leite especial<br>Frutas                                                                              | Pão c/ presunto<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                 | Pão c/ geléia<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                            |
| REFEIÇÃO | 29/04/19                                                                                                     | 30/04/19                                                                                                                           | 01/05/19                                                                                                       | 02/05/19                                                                                                    | 03/05/19                                                                           |          |                                                                                                                 |                                                                                                                         |                                                                                                            |                                                                                                     |
| LANCHE   | Sanduíche de<br>chester<br>Suco<br>Frutas                                                                    | Bolachinhas<br>água e sal com<br>geléia<br>Leite especial<br>Fruta                                                                 | FERIADO                                                                                                        | Prensado de<br>presunto<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                         | Bolachinhas<br>especial sem<br>leite (trazer)<br>Leite especial<br>Fruta           |                                                                                               |                                                                                                                 |                                                                                                                         |                                                                                                            |                                                                                                     |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Guisadinho ao<br>molho de tomates<br>Batata vapor<br>Salada mista                          | Arroz / feijão<br>Filé de frango<br>Milho refogado<br>Salada:<br>Jardineira de<br>legumes                                          |                                                                                                                | Arroz / feijão<br>Escondidinho de<br>carne<br>Refogado de<br>legumes<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. fruta       | Arroz/ Feijão<br>Frango assado<br>c/ batatas<br>Salada colorida                    |                                                                                               |                                                                                                                 |                                                                                                                         |                                                                                                            |                                                                                                     |
| LANCHE   | Bolo caseiro sem<br>leite<br>Suco /Fruta                                                                     | Leite especial<br>Biscoito especial<br>Frutas                                                                                      |                                                                                                                | Sanduíche<br>farroupilha sem<br>queijo<br>Suco/ fruta                                                       | Torrinhas<br>com geléia<br>Suco/ fruta                                             |                                                                                               |                                                                                                                 |                                                                                                                         |                                                                                                            |                                                                                                     |

# Feliz Páscoa!



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 a proteína do leite de vaca.



Maria Cristina F. da Silva  
Nutricionista CRN-2 2779  
Mestre em Nutrição



# Cardápio ABRIL 2019 – La Salle NITERÓI - Aluno JOÃO VITOR

Cardápio Vegetariano- Não come- carne vermelha, carne de frango, manteiga.  
Consome leite, queijo, requeijão, peixe e ovos, saladas e legumes, feijão e lentilha.



| REFEIÇÃO | 01/04/19                                                                                                  | 02/04/19                                                                                                     | 03/04/19                                                                              | 04/04/19                                                                                         | 05/04/19                                                                           | 08/04/19                                                                                 | 09/04/19                                                                                   | 10/04/19                                                                                                  | 11/04/19                                                                                  | 12/04/19                                                                                     |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE   | Iogurte de frutas<br>Bolacha maisena<br>Frutas                                                            | Bolo caseiro<br>Suco<br>Frutas                                                                               | Pizza de queijo<br>Suco de frutas<br>Frutas                                           | Torradas de<br>forno c/ geleia<br>Café com leite<br>Frutas                                       | Chocolate<br>quente<br>Biscoito sortido<br>Frutas                                  | Sanduíche de<br>queijo<br>Achocolatado<br>Frutas                                         | Bolo formigueiro<br>Suco de frutas<br>Frutas                                               | Cuca caseira<br>Frutas<br>Chocolate quente                                                                | Sanduíche com<br>patê caseiro<br>Suco de frutas<br>Fruta                                  | Pão de forma c/<br>requeijão<br>Café com leite<br>Frutas                                     |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão de<br>cor<br>Ovo cozido<br>Sufilê de milho<br>Sal. Mista                                   | Arroz / feijão de<br>cor<br>Purê de batatas<br>com ovo picado<br>Sala. Beterraba<br>c/ cenoura<br>Sob. fruta | Arroz/Feijão<br>Taharim ao<br>molho de<br>tomates<br>c/ beterraba<br>Salada de alface | Arroz / lentilha<br>omelete<br>Torta de legumes<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. Flan                  | Arroz / feijão<br>Peixe<br>empanado<br>Batatas coradas<br>Salada mista             | Arroz / lentilha<br>Macarrão penne<br>ao molho natural<br>Ovo cozido<br>Salada de tomate | Arroz/Feijão de cor<br>omelete<br>Batata dourada<br>Sal. Seleta<br>Sob. Salada de<br>fruta | Arroz / feijão<br>Ovo cozido<br>Farofa colorida<br>Salada verde                                           | Arroz/ feijão<br>Jardineira de<br>legumes com ovo<br>picado<br>Salada mista<br>Sob. Musse | Arroz / feijão<br>Bolinho de peixe<br>Sufilê de legumes<br>Salada mista                      |
| LANCHE   | Bolo de laranja<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                                | Pão de queijo<br>Suco de Uva<br>Fruta: Manga                                                                 | Sanduíche de<br>queijo<br>Suco de frutas<br>Fruta                                     | Pudim de<br>chocolate<br>Biscoito<br>Frutas                                                      | Pizza caseira de<br>mussarela<br>suco<br>Fruta                                     | Pão com<br>requeijão<br>Suco de frutas<br>Fruta                                          | Mini-sanduíche de<br>queijo<br>achocolatado<br>Fruta                                       | Pizza de legumes<br>Suco: Tangerina<br>Fruta: Salada de<br>fruta                                          | Bolo de cenoura<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                | Iogurte<br>Barra de cereais<br>Fruta                                                         |
| REFEIÇÃO | 15/04/19                                                                                                  | 16/04/19                                                                                                     | 17/04/19                                                                              | 18/04/19                                                                                         | 19/04/19                                                                           | 22/04/19                                                                                 | 23/04/19                                                                                   | 24/04/19                                                                                                  | 25/04/19                                                                                  | 26/04/19                                                                                     |
| LANCHE   | Pão mini-<br>caceteiro c/<br>requeijão<br>Café com leite<br>Frutas                                        | Misto quente<br>Suco<br>Frutas                                                                               | Bolo de milho<br>Suco de frutas<br>Frutas                                             | Pão de forma c/<br>requeijão<br>Café com leite<br>Frutas                                         | FERIADO                                                                            | Torrada de queijo<br>Suco<br>Frutas                                                      | Bolo<br>Achocolatado<br>quente<br>Fruta                                                    | Pão massinha c/<br>requeijão<br>Suco de frutas<br>fruta                                                   | Pizza de legumes<br>suco<br>Frutas                                                        | Bolacha salgada<br>com queijo<br>Café com leite<br>Frutas                                    |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Polenta ao molho<br>de tomate e ovo<br>picado<br>Salada de<br>beterraba e<br>couve-flor | Arroz /Lentilha<br>Ovo cozido<br>quibebê<br>Sal. colorida<br>Sob. Flan de<br>morango                         | Arroz/ feijão<br>Sufilê de legumes<br>Salada de alface<br>e tomate                    | Arroz / Feijão<br>Peixe crocante<br>Purê de batatas<br>Salada mista<br>Sob. Gelatina<br>colorida |  | Arroz/Feijão<br>Ovo cozido<br>Sufilê de queijo<br>Salada verde                           | Arroz Lentilha<br>Polenta palito<br>Ovo cozido<br>Sal. Colorida<br>Sob. Salada de<br>fruta | Arroz / feijão<br>Macarrão ao molho<br>de tomates e ovo<br>cozido<br>Salada de folhas<br>verdes e cenoura | Arroz / feijão<br>omelete<br>Batata assada<br>Salada de mista                             | Arroz / feijão<br>Batata palha<br>Jardineira de<br>legumes com ovo<br>picado<br>Salada mista |
| LANCHE   | Salgado de forno<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                               | Bolo de<br>chocolate<br>Milk-shake<br>quentinho de<br>morango/Fruta                                          | Sanduíche<br>natural<br>Suco de frutas<br>Fruta                                       | Iogurte de frutas<br>Biscoito<br>Fruta: sortida                                                  |                                                                                    | Chocolate quente<br>Rosquinhas de<br>leite<br>fruta                                      | Sanduíche com<br>requeijão<br>Suco uva<br>Fruta: banana                                    | Bolo de Milho<br>achocolatado<br>Fruta                                                                    | Pão de queijo<br>Suco de frutas<br>Fruta                                                  | Pão massinha c/<br>patê caseiro<br>Suco de frutas<br>Fruta                                   |
| REFEIÇÃO | 29/04/19                                                                                                  | 30/04/19                                                                                                     | 01/05/19                                                                              | 02/05/19                                                                                         | 03/05/19                                                                           |     |                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                           |                                                                                              |
| LANCHE   | Sanduíche de<br>requeijão<br>suco<br>Frutas                                                               | Chocolate<br>quente<br>Biscoito sortido<br>Frutas                                                            | FERIADO                                                                               | Prensado de<br>queijo<br>Suco de frutas<br>Frutas                                                | Bolo caseiro<br>Achocolatado<br>Frutas                                             |                                                                                          |                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                           |                                                                                              |
| ALMOÇO   | Arroz / feijão<br>Nhoque da sorte<br>com ovo picado<br>Salada mista                                       | Arroz / feijão<br>Filé de frango<br>Milho refogado<br>Salada:<br>Jardineira de<br>legumes<br>Sob. fruta      |                                                                                       | Arroz / feijão<br>Refogado de<br>legumes<br>omelete<br>Sal. Couve-flor<br>Sob. fruta             | Arroz/ Feijão<br>Frango assado<br>c/ batatas<br>Salada colorida                    |                                                                                          |                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                           |                                                                                              |
| LANCHE   | Bolo de maçã<br>Suco de laranja<br>Fruta: banana                                                          | Sanduíche queijo<br>Suco: Abacaxi<br>Fruta: melancia                                                         |                                                                                       | Iogurte de frutas<br>Biscoito<br>Fruta: sortida                                                  | Torrada de<br>queijo.<br>Suco: Maracujá<br>Fruta: Banana                           |                                                                                          |                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                           |                                                                                              |



Maria Cristina F. da Silva  
Nutricionista CRN-2 2779  
Mestre em Nutrição