

Cardápio de Julho 2024 – La Salle Santo Antônio

Turno Integral (maiores de 2 anos)

DIA	01/07	02/07	03/07	04/07	05/07	08/07	09/07	10/07	11/07	12/07
REFEIÇÃO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE DA MANHÃ	-Frutas (3 tipos) - Pão brioche - requeijão, queijo, peito frango - Leite Puro e/ou cacau em pó	-Frutas (3 tipos) - Baguete de frango - Suco Integral	-Frutas (3 tipos) - Bolo de Laranja com calda de suco. - Chá de frutas	- Frutas (3 tipos) - Mini Pão Francês - requeijão ou chimia de uva - Suco Integral	-Frutas (3 tipos) - Cereal milho - Biscoito integral - logurte	-Frutas (3 tipos) - Pão massinha c/ manteiga ou Nata - Leite Puro e/ou c/ capuccino	-Frutas (3 tipos) - Waffle's - Mel (opcional) -Suco Integral	-Frutas (3 tipos) - Pão de queijo - logurte	-Frutas (3 tipos) - Bolo caseiro Formigueiro - Chá de maçã	-Frutas (3 tipos) - Sanduiche natural -Suco Integral
ALMOÇO	- Arroz - Feijão - Iscas de gado grelhadas -Farofa colorida -Polenta assada - Saladas/ Frutas - Suco Integral	- Arroz /Feijão - Frango assado -Coraçãozinho -Massa Spaghetti - Molho sugo separado -Saladas/Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Carne de panela - Moranga "quibebe" - Saladas/ Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Peixe a Portuguesa -Guisadinho -Purê de batata - Saladas/ Frutas - Suco Integral	-Arroz -Feijão - Bifinhos de gado -Omelete de Legumes - Saladas/ Frutas - Suco Integral	-Arroz / Feijão - Frango grelhado - Massa Parafuso Colorida - Molho Bechamel (separado) - queijo ralado - Saladas/ Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Iscas de gado ao molho roty - Panachê de Legumes - Saladas/ -Frutas - Suco Integral	- Arroz -Feijão - Frango Crocante (farinha de milho) - Batata doce - Saladas/ Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Bife acebolado - Ovo cozido - Saladas/ Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão -Fricassé de Frango - Guisadinho - Batata Palha - Saladas/ Frutas - Suco Integral

DIA	15/07	16/07	17/07	18/07	19/07	22/07	23/07	24/07	25/07	26/07	29/07	30/07	31/07
REFEIÇÃO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira
LANCHE DA MANHÃ	-Frutas (3 tipos) - Pão HB -queijo e peito frango - Vitamina de fruta	Frutas (3 tipos) - Pizza caseira marguerita - Suco Integral	-Frutas (3 tipos) - Bolo Banana c/ canela - Chá	- Frutas (3 tipos) - Pão de batata c/ requeijão - Suco Integral	-Frutas (3 tipos) - Cereal milho - Biscoitos integrais - logurte	-Frutas (3 tipos) - Pão cenoura c/ manteiga ou Mel - Leite Puro e/ou cacau em pó	-Frutas (3 tipos) - Pizza de frango -Suco Integral	-Frutas (3 tipos) - Pão de queijo - Suco Integral	Café colonial: Frutas - Pão Nata, chimia, queijo, Bolo caseiro de cenoura (sem leite), pastel frango - chocolate quente Suco integral	-Frutas (3 tipos) - Cereal milho - Biscoitos integrais - logurte	-Frutas (3 tipos) -Pão HB -queijo/peito frango - Leite Puro e/ou cacau em pó	-Frutas (3 tipos) -Mini Calzone frango/ricota -Suco Integral	-Frutas (3 tipos) -Mini pão francês -Ovos mexidos -Suco integral
ALMOÇO	- Arroz - Feijão - Chuleta acebolada -Guisadinho -Polenta cremosa - Saladas/ Frutas - Suco Integral	- Arroz/Feijão - Frango Pizzaiolo -Massa Spaghetti - Molho sugo -Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Carne Assada - Batata gratinada Farofa nutritiva - Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Peixe a Dorê -Guisadinho -Jardineira com milho - Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz /Feijão - Picadinho de gado -Panqueca de frango - Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Bife de frango - Massa Penne -Molho Bechamel (separado) -Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Iscas de gado -Aipim no vapor -Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Frango Escabelado - Farofa de ovos -Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz /Feijão - Bife de gado grelhado - Couve-Flor gratinada com queijo -Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Frango Grelhado -Moranga refogada -Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Bife de panela - Purê de batata - Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Coxinha da Asa -Guisadinho - Polenta palito -Saladas -Frutas - Suco Integral	-Arroz - Feijão - Nhoque - molho sugo - Iscas grelhadas - Saladas -Frutas - Suco Integral

Responsável técnica: Kamila Rocha S. Boff / Nutricionista CRN²9520D

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DE MERCADO

*Crianças com dietas especiais, alergias/ intolerâncias receberão alimentação individualizada, conforme ajustes com família/ médico;

* Sucos integrais, sem adição de açúcar, corantes ou estabilizantes. Polpa de fruta adicionada somente de água;

