



REFEIÇÃO	01/11/21	02/11/21	03/11/21	04/11/21	05/11/21	08/11/21	09/11/21	10/11/21	11/11/21	12/11/21
LANCHE	FERIADO PONTE	FERIADO	logurte Biscoito Fruta sortida	Sanduíche americano suco Frutas	Pizza de frango Suco Frutas	Misto quente achocolatado Frutas	Mini croissant Suco de frutas Frutas	Bolo de chocolate Suco de frutas Fruta	Pão massinha c/ mussarela suco Frutas	Salgado de forno suco Frutas
ALMOÇO			Arroz/Feijão Macarrão Guisadinho à bolonhesa Salada colorida	Arroz /Lentilha Filé de frango grelhado Polenta mole com molho de tomates Sal. colorida	Arroz /Feijão Peixe à milanesa Purê de batatas Sal. colorida	Arroz Feijão de cor Lasanha bolonhesa Jardineira de legumes Salada couve-flor e cenoura	Arroz /Lentilha Bife na chapa Batata palito assada Seleta de legumes Salada mista Sob. Musse	Arroz /Feijão de cor Almôndega com molho Macarrão parafuso ao molho natural Couve-flor c/ cenoura Sal. verde	Arroz /Feijão Picadinho com molho de tomates Sufilê de queijo Salada mista Sob. Salada de frutas	Arroz/ Feijão Peixe dourado Torta de batatas Salada de alface com tomate
REFEIÇÃO	15/11/21	16/11/21	17/11/21	18/11/21	19/11/21	22/11/21	23/11/21	24/11/21	25/11/21	26/11/21
LANCHE	FERIADO	logurte de frutas Barra de cereais Fruta	Pizza de mussarela Suco de frutas Frutas	Bolo formigueiro Suco de frutas fruta	Sanduíche de frios Suco de frutas Frutas	Torrada de frios suco Frutas	Pão de queijo Suco Frutas	Bolo de cenoura achocolatado Frutas	Pão mini-massinha c/ chester e queijo Fruta/Suco	logurte Cookies Fruta
ALMOÇO		Arroz/Feijão Espaguete ao molho de tomates Coxinha de frango assada Salada mista Sob. Salada de frutas	Arroz/ Feijão Carne de panela com molho Polenta palito Brócolis refogado Sal. colorida	Arroz Feijão Iscas de frango com molho Sufilê de legumes Salada mista	Arroz/ Lentilha Hambúrguer pizzaiolo Batata assada no forno Sal. colorida	Arroz/Feijão Canelone de frios Refogado de Milho c/ cenoura Salada mix de folhas com cenoura	Arroz / Feijão Frango assado Polenta c/ molho Jardineira de legumes Sob. Abacaxi	Arroz / feijão Guisadinho a bolonhesa Talha ao molho pomodoro Seleta de legumes Salada mista	Arroz /Lentilha Estrogonofe Batata palha Panachê com legumes salteados Salada mista SOBREMESA ESPECIAL: ANIVERSARIANTE DO MÊS	Arroz / feijão Bolinho de Peixe Purê colorido de legumes Salada Mix de folhas com tomates
REFEIÇÃO	29/11/21	30/11/21	01/12/21	02/12/21	03/12/21	<div style="text-align: center;"> <h2>14 de Novembro!</h2> <h3>Dia Nacional da Alfabetização</h3> </div>				
LANCHE	Sanduíche de frios suco Frutas	Bolo de milho Suco de frutas Frutas	Chocolate quente Bolacha salgada com requeijão Frutas	Pizza de mussarela Suco de frutas Fruta	Pão de forma c/ chester suco Frutas					
ALMOÇO	Arroz / Lentilha Cubos de carne de panela Macarrão penne ao molho natural Salada de tomate	Arroz/Feijão de cor Galinha escabelada Sal. Seleta Sob. Salada de fruta	Arroz / feijão Escondidinho de carne Refogado de legumes Salada verde	Arroz/ feijão Lasanha de frango com molho branco Jardineira de legumes Salada mista Sob. Musse	Arroz /feijão Peixe empanado Batata corada Salada mista					



Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.



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



Intolerância ou Alergia à Lactose

REFEIÇÃO	01/11/21	02/11/21	03/11/21	04/11/21	05/11/21	08/11/21	09/11/21	10/11/21	11/11/21	12/11/21
LANCHE	FERIADO PONTE	FERIADO	Bolacha salgada com geléia Suco Frutas	Sanduíche de presunto Suco Frutas	Pizza de frango sem queijo Suco Frutas	Pão com presunto Leite especial Frutas	Bolacha salgada com presunto Suco de frutas Frutas	Bolo especial sem leite Suco de frutas Fruta	Pão massinha c/ geléia suco Frutas	Bolacha salgada com presunto suco Frutas
ALMOÇO			Arroz/Feijão Macarrão Guisadinho à bolonhesa Salada colorida	Arroz /Feijão Filé de frango grelhado Polenta mole com molho de tomates Sal. colorida	Arroz /Feijão Peixe à milanesa Purê de batatas sem leite Sal. colorida	Arroz Feijão de cor Massa com guisadinho de carne Jardineira de legumes Salada couve-flor e cenoura	Arroz /Lentilha Bife na chapa Batata palito Seleta de legumes Salada mista Sob. Fruta	Arroz /Feijão de cor Almondega com molho Macarrão parafuso ao molho natural Couve-flor c/ cenoura Sal. verde	Arroz /Feijão Picadinho com molho de tomates Sufê de queijo Salada mista Sob. Salada de frutas	Arroz/ Feijão Peixe dourado Torta de batatas Salada de alface com tomate
REFEIÇÃO	15/11/21	16/11/21	17/11/21	18/11/21	19/11/21	22/11/21	23/11/21	24/11/21	25/11/21	26/11/21
LANCHE	FERIADO	logurte de frutas especial Bolacha salgada Fruta	Pizza de Presunto Suco de frutas Frutas	Bolo formigueiro sem leite Suco de frutas fruta	Sanduíche de presunto Suco de frutas Frutas	Torrada de presunto suco Frutas	Bolacha salgada com geléia Suco Frutas	Bolo especial sem leite Leite especial (trazer) Frutas	Pão mini-massinha c/ chester Fruta Suco	logurte de frutas especial Bolacha salgada Fruta
ALMOÇO		Arroz/Feijão Espaguete ao molho de tomates Coxinha de frango assada Salada mista Sob. Salada de frutas	Arroz/ Feijão Carne de panela com molho Polenta palito Brócolis refogado Sal. colorida	Arroz Feijão Isclas de frango com molho Sufê de legumes Salada mista	Arroz/ Lentilha Hambúguer Batata assada no forno Sal. colorida	Arroz/Feijão Canelone de presunto Refogado de Milho c/ cenoura Salada mix de folhas com cenoura	Arroz / Feijão Frango assado Polenta c/ molho Jardineira de legumes Sob. Abacaxi	Arroz / feijão Guisadinho à bolonhesa Talha rim ao molho pomodoro Seleta de legumes Salada mista	Arroz/Lentilha Picadinho de carne Batata palha Panachê com legumes salteados Salada mista	Arroz / feijão Bolinho de Peixe Purê colorido de legumes sem leite Salada Mix de folhas com tomates
REFEIÇÃO	29/11/21	30/11/21	01/12/21	02/12/21	03/12/21	<div data-bbox="1164 1101 1478 1212" data-label="Text"> <p>14 de Novembro Dia Nacional da Alfabetização</p> </div> <div data-bbox="1164 1181 1590 1484" data-label="Image"> </div>				
LANCHE	Sanduíche de presunto suco Frutas	Bolo de milho Suco de frutas Frutas	Bolacha salgada com geléia suco Frutas	Pizza de presunto Suco de frutas Fruta	Pão de forma c/ chester suco Frutas					
ALMOÇO	Arroz / lentilha Cubos de carne de panela Macarrão penne ao molho natural Salada de tomate	Arroz/Feijão de cor Frango desfiado com batata palhada Sal. Seleta Sob. Salada de fruta	Arroz / feijão Escondidinho de carne Refogado de legumes Salada verde	Arroz/ feijão Lasanha de frango com molho branco Jardineira de legumes Salada mista Sob. fruta	Arroz /feijão Peixe empanado Batata corada Salada mista					



Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.

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.