



COLÉGIO PRESBITERIANO DO BRÁS

Educação Infantil
Ensino Fundamental de 9 anos
Ensino Médio

Jurisdicionada à Diretoria Regional de Ensino Leste 5

CARDÁPIO – ALMOÇO - 2018

Paula Gouveia Guimarães
Nutricionista
CRN3-6750

1ª SEMANA				
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA DE BETERRABA COM CENOURA CRUA ARROZ FEIJÃO CARNE PICADA COM MILHO FRUTA	SALADA DE REPOLHO COM TOMATE ARROZ FEIJÃO ABÓBORA CAPOTIA FILÉ DE FRANGO GRELHADO GELATINA	ALFACE COM VINAGRETE ARROZ FEIJOADINHA COUVE REFOGADA FAROFA FRUTA	SALADA DE MAIONESE MACARRÃO À BOLONESA BRÓCOLIS ALHO E ÓLEO GELATINA	SALADA DE PEPINO ARROZ FEIJÃO BATATA ASSADA PEIXE EMPANADO FRUTA

2ª SEMANA				
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA DE ALFACE COM TOMATE CEREJA E MOLHO DE IOGURTE ARROZ FEIJÃO FRICASSÉ DE FRANGO FRUTA	SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ FEIJÃO BIFE À ROLE PURÊ DE BATATA COM BATATA DOCE GELATINA	VINAGRETE ARROZ FEIJÃO PRETO COUVE REFOGADA FAROFA FRUTA	SALADA DE ACELGA COM CENOURA RALADA PANQUECA DE CARNE COM MOLHO AO SUGO ESCAROLA REFOGADA AO TRIGO MOUSSE DE MARACUJÁ	SALADA DE OVINHOS DE CODORNA ARROZ DE FORNO COM FRANGO PICADINHO/ ERVILHA/ MILHO/ CENOURA/ REQUEIJÃO FEIJÃO FRUTA

3ª SEMANA				
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA DE TOMATE CEREJA/ RÚCULA/ MANGA ARROZ FEIJÃO FRITADA DE OVOS COM CARNE MOÍDA CHUCHU REFOGADO FRUTA	SALADA DE ERVILHA COM CENOURA RALADA ARROZ FEIJÃO STROGONOFE DE FRANGO BATATA PALITO FRITA GELATINA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ FEIJÃO PRETO ISCAS DE PERNIL ACEBOLADO FAROFA DE OVO FRUTA	SALADA DE PEPINO COM HORTELÃ ARROZ FEIJÃO QUIBE RECHEADO ASSADO MOUSSE DE LIMÃO	SALADA DE ALFACE/ AGRIÃO MACARRÃO À PARISIENSE BIFE AO MOLHO MADEIRA FRUTA

4ª SEMANA				
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SALADA DE ACELGA COM TOMATE ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO SUFLÊ DE BRÓCOLIS FRUTA	SALADA DE TOMATE CEREJA ARROZ FEIJÃO ROCAMBOLE DE CARNE MOÍDA (OPÇÃO RECHEIO: PRESUNTO/ QUEIJO/CENOURA RALADA/ AZEITONA VERDE PICADA/ OVO COZIDO ESPINAFRE REFOGADO GELATINA	SALADA DE CENOURA/ PASSAS E ALFACE AMERICANO ARROZ À GREGA FEIJÃO FILÉ DE PEIXE À MILANESA PURÊ DE BATATAS FRUTA	SALADA DE LEGUMES LASANHA FRANGO ASSADO MOUSSE DE LIMÃO	SALADA DE BATATA BOLINHA ARROZ FEIJÃO SALSICHA NO MOLHO COUVE FLOR GRATINADO FRUTA