

## CARDÁPIO DO ALMOÇO (Colégio São Paulo) - Abril



### Semana I: de 03 a 07 de abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Legumes	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Brócolis
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão / Feijão Fradinho sem camarão	Feijão Preto
Guarnição	Purê de Batatas	Farofa com Banana	Penne ao Molho Branco	Caruru / Vatapá	Bolinho de Arroz ( de forno)
Prato Principal	Bife Rolê com Cenoura	Escondidinho de Aipim com Carne do Sol	Frango a Pizzaiolo	Xinxim de Frango ( sem camarão )	Ensopado de Peixe
Opção 1	Omelete de Queijo, Tomate e Manjericão	Bife ao Molho Madeira	Jardineira de Carne Moída	*****	Picadinho de Carne com Legumes
Opção 2	Frango Grelhado	Frango Grelhado com Legumes	Carne na Chapa com Quiabo	Isca de Carne Grelhada	Frango Grelhado com Batatas

### Semana II: de 10 a 14 de abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Cenoura	Branco/ Integral	RECESSO	FERIADO
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão		
Guarnição	Nhoque de Batata com Molho de Tomate	Macarrão ao Alho e Óleo	Purê de Abóbora		
Prato Principal	Lombo Recheado com Ovo	Almôndegas de Frango de Forno c/ molho de tomate	Peixe ao Forno com Alecrim		
Opção 1	Frigideira de Frango	Quiche de Queijo com Espinafre	Empadão de Frango		
Opção 2	Frango Grelhado	Isca de Carne com Batatas	Frango Grelhado		

### Semana III: de 17 a 21 de abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral com legumes	Branco/ Integral com Brocolis	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Cenoura	<b>FERIADO</b>
Feijão	Feijão	Feijão com Cenoura (batido)	Feijão	Feijão Preto	
Guarnição	Farofa com Cenoura	Purê de Batata	Macarrão com Molho de Tomate	Legumes Sauté	
Prato Principal	Fricassé de Frango	Bife a Parmegiana de Carne de Forno	Coxa e Sobrecoxa Assada com Alecrim	Estrogonofe de Carne	
Opção 1	Catado de Peixe	Frango desfiado com Milho	Panqueca de carne	Sanduíche de Forno de Queijo	
Opção 2	Bife Acebolado	Isca de Frango com Brócolis	Isca de Carne	Frango Grelhado	

\*Cardápio sujeito a alterações

**Semana IV: de 24 a 28 de abril**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Brocolis	Branco/ Integral	Branco/ Integral legumes	<b>GINCANA (cardápio especial)</b>
Feijão	Feijão	Feijão com Cenoura (batido)	Feijão	Feijão	
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo	Torta de Legumes	Farofa de acelga	Brócolis Gratinado com Molho Branco	
Prato Principal	Ensopado de peito de frango com batatas	Rosbife a vinagrete	Rolê de frango com cenoura	Bolinho de peixe de forno	
Opção 1	Bolo de carne	Nuggets de frango de forno	Hamburguer de carne no forno	Escondidinho de batata com frango	
Opção 2	Isca de carne acebolada	Frango grelhado	Isca de frango grelhado com brócolis	Isca de carne acebolada	

\*Cardápio sujeito a alterações