

CARDÁPIO DO ALMOÇO (Colégio Anchieta) - 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	GINCANA (cardápio especial)	GINCANA (cardápio especial)
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão Fradinho (sem camarão)		
Guarnição	Purê de Batatas	Bolinho de Cenoura com Ricota de Forno	Caruru / Vatapá		
Prato Principal	Frango a Milanesa de Forno	Escondidinho de Aipim com Carne do Sol	Xinxim de Frango (sem camarão)		
Opção 1	Omelete de Queijo, Tomate e Manjericão	Bife ao Molho Madeira	*****		
Opção 2	Isca de Carne Acebolada	Frango Grelhado com Legumes	Isca de Carne Grelhada		

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 Preto		
Guarnição	Nhoque de Batata com Molho de Tomate	Macarrão ao Alho e Óleo	Purê de Abóbora		
Prato Principal	Lombo Recheado	Almôndegas de Frango de Forno c/ molho de tomate	Peixe ao Forno com Alecrim		
Opção 1	Frigideira de Frango	Quiche de Queijo com Espinafre	Bóbo de Frango		
Opção 2	Isca de Frango com Brócolis	Bife Acebolado	Frango Grelhado		

Semana III: de 17 a 20 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	FERIADO
Feijão	Feijão	Feijão com Cenoura (batido)	Feijão	Feijão Preto	
Guarnição	Torta de Legumes	Purê de Batatas	Macarrão com Molho de Tomate	Legumes Sauté	
Prato Principal	Fricassé de Frango	Bife a Parmegiana de Carne de Forno	Peito de Frango Ensopado com Batatas	Estrogonofe de Carne	
Opção 1	Catado de Peixe	Empadão de Frango	Panqueca de Carne	Sanduíche de Forno de Queijo	
Opção 2	Isca de Carne com Quiabo	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	Branco/ Integral legumes
Feijão	Feijão	Feijão com Cenoura (batido)	Feijão Preto	Feijão	Feijão
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo	Torta de Cebola	Batatas Coradas	Purê de Inhame	Souflé de Cenoura
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Assada com Alecrim	Rosbife a Vinagrete	Frango com Creme de Milho	Bolinho de Peixe de Forno	Carne Chinesa
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	Carne na Chapa com Legumes	Frango Grelhado	Isca de Frango com Batatas

*Cardápio sujeito a alterações