

COLÉGIO PADRE LUIZ TEZZA
CARDÁPIO - MARÇO/18

Nutricionista - Joyce Cristina Zero - CRN3 9180

05 a 09	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Arroz, Feijão, Ovo mexido. Salada de legumes - Suco e Sobremesa	Macarrão ao molho de Frango. Salada de tomate e pepino - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão preto, Linguiça assada, couve, farofa - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Iscas de Carne acebolada, abóbora refogada. Salada de repolho Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Iscas de Frango grelhado. Salada de beterraba - Suco e Sobremesa
12 a 16	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Arroz, Feijão, Ovo cozido com batata. Salada de repolho e tomate - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Kibe assado, brócolis refogado. Salada de cenoura ralada - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Frango crocante, chuchu gratinado. Salada de tomate - Suco e Sobremesa	Macarrão ao molho de carne desfiada. Salada de legumes - Suco e Sobremesa	Arroz de forno com Frango, milho, ervilha e queijo. Salada de alface - Suco e Sobremesa
19 a 23	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Arroz, Feijão, Nuggets assado, Salada de tomate - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Carne grelhada, milho sauté. Salada de acelga - Suco e Sobremesa	Macarrão ao sugo e Frango assado. Salada de cenoura ralada e tomate - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Escondidinho de batata com ovo e queijo. Salada de beterraba e pepino - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Carne moída com creme de abobrinha. Salada de acelga - Suco e Sobremesa
26 a 30	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Arroz, Feijão, Panqueca de presunto e queijo. Salada de cenoura ralada - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Carne moída refogada, purê de batata. Salada de tomate - Suco e Sobremesa	Macarrão ao molho de Linguiça. Salada de brócolis - Suco e Sobremesa	Feriado	Feriado

OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES