

**COLÉGIO PADRE LUIZ TEZZA**  
**CARDÁPIO - JUNHO/19**

Nutricionista - Joyce Cristina Zero - CRN3 9180

03 a 07	<b>Segunda</b>	<b>epi</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>
<b>Almoço</b>	Arroz, Feijão, Ovo mexido. Salada de ervilha e beterraba - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Escondidinho de polenta com frango. Salada de tomate - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Carne grelhada, brócolis refogado. Salada de cenoura ralada - Suco e Sobremesa	Macarrão na manteiga, Bolo de carne moída com queijo. Salada de tomate e pepino - Suco e gelatina	Arroz, Feijão, Bife rolê de Frango, mandioquinha sauté. Salada alface - Suco e Sobremesa
10 a 14	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>
<b>Almoço</b>	Arroz, Feijão, Ovo pochê. Salada de cenoura ralada - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Jardineira de Frango. Salada de pepino - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Assado de Carne com batata gratinada. Salada de acelga - Suco e Sobremesa	Macarrão ao sugo, Frango assado. Salada de milho e ervilha - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Carne moída refogada, purê de abóbora. Salada de tomate e pepino - Suco e Sobremesa
17 a 21	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>
<b>Almoço</b>	Arroz, Feijão, Omelete de legumes, Salada de tomate e acelga - Suco e Sobremesa	Macarrão a bolonhesa. Salada de milho e beterraba - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão preto com linguiça, farofa, couve refogada - Suco e Sobremesa	Feriado	Feriado
24 a 28	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>
<b>Almoço</b>	Arroz, Feijão, Ovo cozido com chuchu. Salada de cenoura ralada - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Peixe ensopado, purê de batata. Salada de cenoura ralada e tomate - Suco e Sobremesa	Arroz, Feijão, Iscas de carne assada com legumes. Salada de pepino - Suco e Gelatina	Macarrão na manteiga, Linguiça com brócolis. Salada de tomate - Suco e Sobremesa	Arroz, Strogonoff de frango, batata palha. Salada - Suco e Sobremesa

OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES