

# CARDÁPIO 2017 COLEGIO SAGRADO



## - OUTUBRO -

### 1º SEMANA

#### SEGUNDA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Almondegas  
Salada acelga, tomate e cenoura.

**SUCO:** Suco de Laranja

**SOBREMESA:** Banana

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Lanche natural queijo/cenoura/  
alface/tomate

#### TERÇA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão/ Iscas de  
Carne. Cenoura, brócolis no vapor.  
Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de Abacaxi com hortelã

**SOBREMESA:** Morango

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Pão de queijo

#### QUARTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Carne de  
panela com batata. Salada de  
legumes (cenoura, chuchu, abobrinha,  
vagem).

**SUCO:** Suco de Maracujá

**SOBREMESA:** Salada de frutas

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bisnaguinha com requeijão

#### QUINTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Filé de  
frango grelhado. Batata frita. Creme  
de milho.  
Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de laranja com cenoura

**SOBREMESA:** Pera

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bolo de chocolate

#### SEXTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Carne  
moída. Purê de batata.  
Salada de repolho branco, roxo,  
tomate e cenoura ralada.

**SUCO:** Suco de Goiaba

**SOBREMESA:** Melão

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Torta de legumes

### 2º SEMANA

#### SEGUNDA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Estrogonofe  
de frango. Batata palito  
Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de Laranja

**SOBREMESA:** Morango

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bolo de cenoura com chocolate

#### TERÇA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Iscas de  
peixe empanado. Creme de milho.  
Cenoura, beterraba, brócolis, couve  
flor no vapor.

**SUCO:** Suco de Abacaxi

**SOBREMESA:** Gelatina colorida

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Pão de queijo

#### QUARTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Hambúr-  
guer caseiro. Purê de batata.  
Salada de repolho branco, roxo,  
tomate e cenoura ralada.

**SUCO:** Suco de Maracujá

**SOBREMESA:** Salada de frutas

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Lanche natural queijo/cenoura/  
alface/tomate

#### QUINTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Omelete  
com legumes. Mandioca frita.  
Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de uva integral

**SOBREMESA:** Uva

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bisnaguinha com Becel

#### SEXTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Macarrão com almonde-  
gas. Salada de legumes (cenoura,  
chuchu, abobrinha, vagem, beterraba).

**SUCO:** Suco de goiaba

**SOBREMESA:** Banana

**LANCHE MANHÃ E TARDE:** Mini  
pão francês com presunto e queijo

# CARDÁPIO 2017 COLEGIO SAGRADO



## - OUTUBRO -

### 3ª SEMANA

#### SEGUNDA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Bife à Milanesa. Creme de milho. Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de Laranja

**SOBREMESA:** Banana

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bolo simples

#### TERÇA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Bife de carne moída. Couve refogada. Salada de Beterraba.

**SUCO:** Suco de Abacaxi

**SOBREMESA:** Salada de frutas

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Pão de queijo

#### QUARTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Filé de frango. Purê de batata. Salada de repolho branco, roxo, tomate e cenoura ralada.

**SUCO:** Suco de Maracujá

**SOBREMESA:** Mamão

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bisnaguinha com requeijão

#### QUINTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Estrogonofe de carne. Batata palito. Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de Limão

**SOBREMESA:** Maçã

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bolo de Fubá

#### SEXTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Carne moída. Salada de ovo com legumes (cenoura, chuchu, abobrinha, vagem, beterraba).

**SUCO:** Suco de Laranja

**SOBREMESA:** Gelatina colorida

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Mini pão francês com presunto e queijo

### 4ª SEMANA

#### SEGUNDA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Quibe assado. Salada de ovo com legumes (cenoura, chuchu, abobrinha, vagem, beterraba).

**SUCO:** Suco de Laranja

**SOBREMESA:** Banana

**LANCHE MANHÃ E TARDE:** Lanche natural queijo/cenoura/alface/tomate

#### TERÇA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Frango ao molho. Polenta. Salada de Beterraba.

**SUCO:** Suco de Abacaxi

**SOBREMESA:** Gelatina colorida

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Pão de queijo

#### QUARTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Isca de peixe empanado. Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de Maracujá

**SOBREMESA:** Mamão

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bisnaguinha com requeijão

#### QUINTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Carne moída com batata. Salada de beterraba, alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de Uva

**SOBREMESA:** Salada de frutas

**LANCHE MANHÃ E TARDE:**  
Bolo de Laranja

#### SEXTA-FEIRA



**ALMOÇO:** Arroz /Feijão. Carne de panela com legumes. Mandioca frita. Salada de alface, pepino e tomate.

**SUCO:** Suco de Laranja

**SOBREMESA:** Gelatina colorida

**LANCHE MANHÃ E TARDE:** Mini pão francês com Becel