



Colégio
Sagrado Coração de Jesus

Educação Infantil - Ensino Fundamental - Ensino Médio

Rua Caraíbas, 882 Cep. 05020-000 (Administração)

Rua Cel. Melo de Oliveira, 221 Cep. 05011-040

Fone: (11) 3202.8500 Fax: (11) 3202.8553 - Dep. Pessoal 3202.8533/8582 São Paulo/SP

www.colegiosagrado.com.br www.redesagrado.com

Cardápio Período Complementar 1ª e 3ª Semanas

Almoço	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Prato Principal	Sobrecoxa de Frango Assada Omelete de forno	Bife Grelhado	Carne de Panela	Nuggets de Peixe Assado	Estrogonofe de Carne
Guarnição e Guarnição Fixa	Creme de milho	Couve-flor na Manteiga	Virado de Couve	Suflê de Chuchu	Macarrão cozido com Molho de tomate
Pratos Base	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca
Saladas	Alface Tomate	Cenoura Cozida rodela Tabule: alface, tomate picados com trigo para quibes e hortelã.	Repolho Branco com Cenoura Alface Vinagrete	Abobrinha Ralada Milho Cozido	Salada de ervilha Beterraba ralada
Sobremesas	Gelatina colorida	Pudim de chocolate	Gelatina de morango	Flan de Baunilha	Gelatina de abacaxi
Frutas	Manga/Melão	Mamão /Melancia	Melão /Laranja	Melancia/Manga	Melancia / Mamão
Sucos	Laranja	Açaí	Morango	Laranja	Açaí

- Haverá opção de ovo para as crianças que não comem carne.
- Pode haver alterações conforme tabela da época, nas frutas, nos sucos e nas verduras e disponibilidade de alguns alimentos.



Colégio
Sagrado Coração de Jesus

Educação Infantil - Ensino Fundamental - Ensino Médio

Rua Caraíbas, 882 Cep. 05020-000 (Administração)

Rua Cel. Melo de Oliveira, 221 Cep. 05011-040

Fone: (11) 3202.8500 Fax: (11) 3202.8553 - Dep. Pessoal 3202.8533/8582 São Paulo/SP

www.colegiosagrado.com.br www.redesagrado.com

Cardápio Período Complementar 2ª e 4ª Semanas

Almoço	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Prato Principal	Frango refogado (peito/coxa) com batata	Iscas de carne com cebola fatiada	Carne Assada com Molho Madeira	Frango grelhado com legumes	Parmegiana de berinjela com molho bolonhesa
Guarnição e Guarnição Fixa	Repolho Cozido	Purê de abóbora	Escarola refogada	Batata smile assada	Macarrão cozido com Molho de tomate
Pratos Base	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca	Arroz Feijão Carioca
Saladas	Salada de Chuchu Alface	Tabule: alface, tomate picados com trigo para quibes e hortelã. Milho Cozido	Pepino Rodelas Alface Vinagrete	Milho Cozido Alface Tomate	Couve picada Tomate
Sobremesas	Gelatina colorida	Pudim de chocolate	Gelatina de morango	Flan de Baunilha	Gelatina de abacaxi
Frutas	Manga /Melão	Mamão /Melancia	Melão /Laranja	Melancia /Manga	Melancia / Mamão
Sucos	Laranja	Açaí	Morango	Laranja	Açaí

- Haverá opção de ovo para as crianças que não comem carne.
- Pode haver alterações conforme tabela da época, nas frutas, nos sucos e nas verduras e disponibilidade de alguns alimentos.



Colégio
Sagrado Coração de Jesus

Educação Infantil - Ensino Fundamental - Ensino Médio

Rua Caraíbas, 882 Cep. 05020-000 (Administração)

Rua Cel. Melo de Oliveira, 221 Cep. 05011-040

Fone: (11) 3202.8500 Fax: (11) 3202.8553 - Dep. Pessoal 3202.8533/8582 São Paulo/SP

www.colegiosagrado.com.br www.redesagrado.com

Cardápio Período Complementar 1ª Semana

Lanche da tarde	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Kit Lanche (Embalagens descartáveis)	Pão francês	Esfiha fechada	Biscoito simples salgado (pct individual)	Pão de queijo	Iogurte de frutas
	Manteiga	Suco de frutas	Leite com chocolate	Leite com achocolatado	Cereal matinal (pct)
	Suco de frutas	--	Maçã	Banana	--

Cardápio Período Complementar 2ª Semana

Lanche da tarde	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Kit Lanche (Embalagens descartáveis)	Bolo de cenoura	Bisnaguinha integral	Bolo de chocolate	Cookies (pct individual)	Bisnaguinha integral
	Leite fermentado	Presunto e queijo	Leite com aveia	Chá gelado	Requeijão
	Pera	Suco de frutas	Maçã	Banana	Suco de frutas

Cardápio Período Complementar 3ª Semana

Lanche da tarde	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Kit Lanche (Embalagens descartáveis)	Bolo de fubá	Mini pizza de queijo	Biscoito de polvilho	Pão de batata	Biscoito simples salgado (pct individual)
	Leite fermentado	Suco de frutas	Leite com chocolate	Suco de frutas	Leite com aveia
	Maçã	--	Banana	--	Pera

Cardápio Período Complementar 4ª Semana

Lanche da tarde	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Kit Lanche (Embalagens descartáveis)	Iogurte de frutas	Cookies (pct individual)	Bolo de cenoura	Biscoito simples salgado (pct individual)	Bisnaguinha integral
	Cereal matinal (pct)	Chá gelado	Leite fermentado	Leite com chocolate	Requeijão
	--	Banana	Pera	Maçã	Suco de frutas

Nutricionista- Luana Mendonça
CRN3-41482

Colégio Sagrado Coração de Jesus
Telefones: 11 3202-8537/11 3202-85037