



# CARDÁPIO – JUNHO/2016

**Colégio**  
**paraíso**

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		<b>(01.06.2016)</b> Arroz Feijoadada Farofa Couve refogada Suco	<b>(02.06.2016)</b> Arroz e Feijão Panqueca de carne Acelga refogada Salada de Pepino Suco	<b>(03.06.2016)</b> Arroz e Feijão Isclas de frango grelhadas Batata sauté Salada Cenoura ralada Suco
<b>(06.06.2016)</b> Arroz e Feijão Linguíça de frango assada Legumes refogados Salada Pepino Suco	<b>(07.06.2016)</b> Arroz e Feijão Bisteca ao m. limão Farofa de banana Salada de alface e tomate Suco	<b>(08.06.2016)</b> Arroz e Feijão Picado bovino Polenta cremosa Salada Beterraba cozida Suco	<b>(09.06.2016)</b> Arroz e Feijão Frango refogado Legumes no azeite Salada de Escarola Suco	<b>(10.06.2016)</b> Arroz e Feijão Rocambole de carne Macarrão alho e óleo Salada Alface Suco
<b>(13.06.2016)</b> Arroz e Feijão Omelete de frios Legumes refogados Salada de Acelga Suco	<b>(14.06.2016)</b> Arroz e Feijão Strogonoff de frango Batata palha Salada Beterraba coz. Suco	<b>(15.06.2016)</b> Arroz Feijoadada Farofa Couve refogada Suco	<b>(16.06.2016)</b> Arroz e Feijão Almôndegas bovinas Macarrão ao sugo Salada Alface Suco	<b>(17.06.2016)</b> Arroz e Feijão Frango assado Creme de milho Salada de repolho com tomate Suco
<b>(20.06.2016)</b> Arroz e Feijão Hambúrguer caseiro Macarrão alho e óleo Salada Acelga Suco	<b>(21.06.2016)</b> Arroz e Feijão Escondidinho de frango Cenoura cubinho c/ milho Salada Pepino Suco	<b>(22.06.2016)</b> Arroz e Feijão Isclas de carne grelhadas Repolho refogado Salada Escarola Suco	<b>(23.06.2016)</b> Arroz e Feijão Filé de frango grelhado Purê de batatas Salada beterraba ralada Suco	<b>(24.06.2016)</b> Arroz e Feijão Bisteca grelhada Couve refogada Salada cenoura ralada Suco
<b>(27.06.2016)</b> Arroz e Feijão Ovo cozido Torta de legumes Salada de tomate Suco	<b>(27.06.2016)</b> Arroz e Feijão Panqueca de frango Acelga refogada Salada de Beterraba cozida Suco	<b>(27.06.2016)</b> Arroz e Feijão Carne Assada Macarrão ao sugo Salada de Alface Suco	<b>(27.06.2016)</b> Arroz e Feijão Peixe a portuguesa Legumes refogados Salada de Repolho c/ cenoura Suco	

**\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

**Nutricionista: Silene Videira – CRN: 23477**



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		<b>(01.06.2016)</b> <b>Sopa de macarrão c/ carne</b> (macarrão, carne moída, abobrinha, vagem, batata)	<b>(02.06.2016)</b> <b>Canja</b> (arroz, cenoura, batata, vagem, mandioquinha, frango).	<b>(03.06.2016)</b> <b>Sopa de feijão</b> (feijão, macarrão, carne moída, beterraba, chuchu, batata)
<b>(06.06.2016)</b> <b>Sopa de legumes</b> (batata, cenoura, chuchu, mandioca, escarola, ovo cozido).	<b>(07.06.2016)</b> <b>Sopa de feijão</b> (feijão, macarrão, carne moída, beterraba, chuchu, batata).	<b>(08.06.2016)</b> <b>Creme de Ervilhas</b> (Ervilha, batata, espinafre, frango desfiado).	<b>(09.06.2016)</b> <b>Sopa de macarrão c/ carne</b> (macarrão, carne moída, abobrinha, vagem, batata).	<b>(10.06.2016)</b> <b>Canja</b> (arroz, cenoura, batata, vagem, mandioquinha, frango)
<b>(13.06.2016)</b> <b>Canja</b> (arroz, cenoura, batata, mandioquinha, vagem, frango)	<b>(14.06.2016)</b> <b>Sopa de macarrão c/ carne</b> (macarrão, carne moída, abobrinha, vagem, batata)	<b>(15.06.2016)</b> <b>Sopa creme de mandioquinha</b> (mandioquinha, cenoura, carne desfiada)	<b>(16.06.2016)</b> <b>Sopa macarrão c/ frango</b> (macarrão, abóbora, vagem, batata, frango)	<b>(17.06.2016)</b> <b>Caldo verde</b> (Batata, couve manteiga, carne moída)
<b>(20.06.2016)</b> <b>Sopa creme de abóbora</b> (abóbora, mandioca, ovo cozido)	<b>(21.06.2016)</b> <b>Canja</b> (arroz, cenoura, batata, vagem, mandioquinha, frango)	<b>(22.06.2016)</b> <b>Sopa de feijão</b> (feijão, macarrão, carne moída, beterraba, chuchu, batata)	<b>(23.06.2016)</b> <b>Sopa macarrão c/ frango</b> (macarrão, abóbora, vagem, batata, frango)	<b>(24.06.2016)</b> <b>Sopa de fubá c/ couve</b> (fubá, couve, carne desfiada)
<b>(27.06.2016)</b> <b>Sopa de macarrão c/ carne</b> (macarrão, carne moída, abobrinha, vagem, batata).	<b>(28.06.2016)</b> <b>Creme de Mandioca</b> (Mandioca, batata doce, frango desfiado)	<b>(29.06.2016)</b> <b>Sopa de feijão</b> (feijão, macarrão, carne moída, beterraba, chuchu, batata)	<b>(30.06.2016)</b> <b>Canja</b> (arroz, cenoura, batata, vagem, mandioquinha, frango)	



**\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

**Nutricionista: Silene Videira – CRN: 23477**