



CARDÁPIO – Fevereiro/2019

Colégio
paraíso

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				(01.02.2019) Arroz e Feijão Picadinho Bovino Batata assada Salada Cenoura Ralada Suco
(04.02.2019) Arroz e Feijão Omelete de legumes/ tomate Repolho Refogado Salada Alface Suco	(05.02.2019) Arroz e Feijão Filé frango grelhado Chuchu gratinado Salada de Beterraba ralada Suco	(06.02.2019) Arroz e Feijão Lagarto assado Cenoura refogada Salada de Batata Bolinha Suco	(07.02.2019) Arroz e Feijão Escondidinho de carne Salada abóbora ao vinagrete Suco	(08.02.2019) Arroz e Feijão Frango Assado Macarrão com brócolis Salada de Milho, cenoura Suco
(11.02.2019) Arroz e Feijão Linguíça de frango acebolada Escarola refogada Salada de Abobrinha Salada	(12.02.2019) Arroz e Feijão Almôndegas ao sugo Macarrão alho e óleo Salada de Pepino Suco	(13.02.2019) Arroz e Feijão Feijoada Light Couve refogada / Farofa Salada Repolho Suco	(14.02.2019) Arroz e Feijão Filé de frango à Pizzaiolo Almeirão refogado Alface e tomate Suco	(15.02.2019) Arroz e Feijão Peixe Assado Ratatouille Salada de couve flor com ovos Suco
(18.02.2019) Arroz e Feijão Ovo frito ou Cozido Viradinho de vagem Salada de Repolho e Beterraba ral. Suco	(19.02.2019) Arroz e Feijão Frango Assado Macarrão ao sugo Salada de Cenoura e Agrião Suco	(22.02.2019) Arroz e Feijão Picadinho de Carne Batata Corada Salada Alface e Tomate Suco	(23.02.2019) Arroz e Feijão Isclas de frango à milanesa Creme de milho Salada de Pepino e alface Suco	(24.02.2019) Arroz e Feijão Carne Moída à Primavera Escarola Refogada Salada de Tomate Suco
(25.02.2019) Arroz e Feijão Linguíça Calabresa Assada Torta de legumes Salada de alface e Batata Suco	(26.02.2019) Arroz e Feijão Panqueca de carne recheado com legumes Salada de Abobrinha Suco	(27.02.2019) Arroz e Feijão Bisteca Suína Grelhada Couve/Farofa Salada Alface e Tomate Suco	(28.02.2019) Arroz e Feijão Frango cozido ao sugo Polenta Salada de Brócolis Suco	

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Nutricionista: Camila Costa – CRN: 10922

CARDÁPIO – Maternal -Fevereiro/2019



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				(01.02.2019) Arroz e Feijão Picadinho Bovino Batata assada Salada Cenoura Ralada Suco
(04.02.2019) Arroz e Feijão Omelete de legumes/ tomate Repolho Refogado Salada Alface	(05.02.2019) Arroz e Feijão Filé frango grelhado Chuchu gratinado Salada de Beterraba ralada	(06.02.2019) Arroz e Feijão Lagarto assado Cenoura refogada Salada de Batata Bolinha	(07.02.2019) Arroz e Feijão Escondidinho de carne Salada abóbora ao vinagrete	(08.02.2019) Arroz e Feijão Frango Assado Macarrão com brócolis Salada de Milho, cenoura
(11.02.2019) Arroz e Feijão Frango Desfiado Escarola refogada Salada de Abobrinha Salada	(12.02.2019) Arroz e Feijão Almôndegas ao sugo Macarrão alho e óleo Salada de Pepino	(13.02.2019) Arroz e Feijão Carne Moída Refogada Couve refogada / Farofa Salada Repolho	(14.02.2019) Arroz e Feijão Filé de frango à Pizzaiolo Almeirão refogado Salada de Mandioquinha	(15.02.2019) Arroz e Feijão Peixe Assado Ratatouille Salada de couve flor com ovos
(18.02.2019) Arroz e Feijão Ovo frito ou Cozido Viradinho de vagem Salada de Repolho e Beterraba ral.	(19.02.2019) Arroz e Feijão Frango Assado Macarrão ao sugo Salada de Grão de Bico e Agrião	(20.02.2019) Arroz e Feijão Picadinho de Carne Batata Corada Salada Alface e Tomate	(21.02.2019) Arroz e Feijão Isclas de frango à Milanese Creme de milho Salada de Pepino e alface	(22.02.2019) Arroz e Feijão Carne Moída à Primavera Escarola Refogada Salada de Tomate
(25.02.2019) Arroz e Feijão Frango Desfiado Torta de legumes Salada de alface e Batata	(26.02.2019) Arroz e Feijão Panqueca de carne recheada com legumes Salada de Abobrinha	(27.02.2019) Arroz e Feijão Carne Refogada Couve/Farofa Salada Alface e Tomate	(28.02.2019) Arroz e Feijão Frango cozido ao sugo Polenta Salada de Brócolis	

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Nutricionista: Camila Costa – CRN: 10922



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				(01.02.2019) Sopa de feijão (Feijão, macarrão, carne moída, beterraba, chuchu, batata)
(04.02.2019) Canja (Arroz, cenoura, batata, vagem, mandioquinha, frango)	(05.02.2019) Sopa Creme de Beterraba (Batata, beterraba, cará, chuchu, frango)	(06.02.2019) Sopa de macarrão c/ carne (macarrão, carne moída, abobrinha, cenoura, batata)	(07.02.2019) Sopa de Abóbora (Carne cozida, abóbora, chuchu, batata)	(08.02.2019) Sopa legumes com macarrão (Batata, abobrinha, mandioca, brócolis, frango cozido)
(11.02.2019) Sopa creme de Abobrinha (Abobrinha, frango desfiado, caldo de feijão, escarola)	(12.02.2019) Sopa de macarrão c/ carne (Macarrão, carne moída, abóbora, vagem, batata)	(13.02.2019) Caldo verde (Batata, couve manteiga, carne moída, caldo de feijão, arroz)	(26.02.2019) Sopa de mandioquinha (Mandioquinha, frango, abobrinha, batata, caldo de feijão)	(15.02.2019) Sopa Legumes c/ frango (Repolho, vagem, batata, inhame, berinjela, frango)
(18.02.2019) Sopa de feijão (Feijão, macarrão, carne moída, chuchu, batata, vagem)	(19.02.2019) Creme de Grão de Bico (Grão de Bico, batata, cenoura, frango desfiado)	(20.02.2019) Sopa Batata doce (Batata doce, couve manteiga, carne moída, arroz, caldo de feijão)	(21.02.2019) Sopa Creme de Milho (Batata, milho, frango, chuchu e inhame)	(22.02.2019) Canja (arroz, cenoura, batata, vagem, mandioquinha, frango)
(25.02.2019) Creme de Legumes (Mandioca, batata, abobrinha, carne desfiada)	(26.02.2019) Sopa de mandioquinha (Mandioquinha, frango, abobrinha, batata, arroz)	(27.02.2019) Caldo verde (Batata, couve manteiga, carne moída, caldo de feijão, arroz)	(28.02.2019) Sopa de fubá (fubá, frango, abobrinha, batata, chuchu)	