

**CARDÁPIO AMPLIADO COLÉGIO SAGRADA FAMÍLIA – MARÇO/2017**

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>DATA</b>			<b>01/03/2017</b>	<b>02/03/2017</b>	<b>03/03/2017</b>
<b>Lanche matutino</b>			Pão francês com Bolinho Fruta Suco natural	Pão de queijo Fruta Leite com achocolatado	Bolo de Laranja Fruta Leite com Café
<b>Lanche extra matutino</b>			Pão de queijo Fruta Vitamina de banana	Bisnaguinha com melado Rosquinha de polvilho Fruta Leite com café	Pão integral com alface, requeijão e queijo Fruta Suco natural
<b>Almoço</b>			Saladas Arroz branco/Feijão <b>Carne moída refogada</b> Massa caseira Brócolis no vapor Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Filé de peixe a milanesa</b> Purê de batatas Cenoura e Abobrinha palito Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Cubos de frango refogados</b> Polenta Bolinhos coloridos Farofa
<b>Hora da Fruta (soninho)</b>			Fruta	Fruta	Fruta
<b>Lanche vespertino</b>			Pão francês com Bolinho Fruta Suco natural	<b>Macarronada</b> <b>Fruta</b> <b>Suco natural</b>	Bolo de Laranja Fruta Leite com Café
<b>Lanche extra vespertino</b>			Pão de queijo Fruta Vitamina de banana	Bisnaguinha com melado Rosquinha de polvilho Fruta Leite com café	Pão integral com alface, requeijão e queijo Fruta Suco natural
<b>DATA</b>	<b>06/03/2017</b>	<b>07/03/2017</b>	<b>08/03/2017</b>	<b>09/03/2017</b>	<b>10/03/2017</b>
<b>Lanche matutino</b>	Bauri frio (pão francês) Fruta Suco natural	Torradas com Geleia de frutas Biscoitos salgados Fruta Leite com achocolatado	Pão integral com Patê de frango/alface/tomate Fruta Suco natural	Massinha doce Rosquinhas de polvilho Fruta Leite com Café	Bolo de Cenoura Fruta Suco natural
<b>Lanche extra matutino</b>	Bisnaguinha com requeijão Biscoito doce Fruta Suco natural	Bolo de Cenoura Fruta Leite com Café	Pão de queijo Fruta Suco natural	Pão caseiro c/ doce de leite Fruta Leite com achocolatado	Mini - Cachorro-quente Fruta Suco natural
<b>Almoço</b>	Saladas Arroz branco/ Feijão <b>Bife acebolado</b> Massa/Molho de tomate Brócolis e Couve-flor no vapor Farofa	Saladas Arroz integral/Feijão <b>Filé de peixe a milanesa</b> Batata gratinada Cenoura palito Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Bife grelhado ao molho</b> Nhoque de batata Couve refogada Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Carne moída refogada</b> Polenta cremosa Cenoura em rodelas Farinha de mandioca	Saladas Arroz integral/Feijão <b>Filé de frango grelhado</b> Molho branco Purê de Batatas Mix de legumes Farofa

<b>Hora da Fruta (soninho)</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Lanche vespertino</b>	Bauru frio (pão francês) Fruta Suco natural	<b>Frango ensopado/Arroz</b> <b>Fruta</b> <b>Suco natural</b>	Pão integral com Patê de frango/alface/tomate Fruta Suco natural	<b>Carreteiro</b> <b>Fruta</b> <b>Suco natural</b>	Bolo de Cenoura Fruta Suco natural
<b>Lanche extra vespertino</b>	Bisnaguinha com requeijão Biscoitos doces Fruta Suco natural	Bolo de Cenoura Fruta Leite com Café	Pão de queijo Fruta Suco natural	Pão caseiro c/ doce de leite Fruta Leite com achocolatado	Mini - Cachorro-quente Fruta Suco natural
<b>DATA</b>	<b>13/03/2017</b>	<b>14/03/2017</b>	<b>15/03/2017</b>	<b>16/03/2017</b>	<b>17/03/2017</b>
<b>Lanche matutino</b>	Pão integral com queijo, presunto e alface. Fruta Chá de Fruta	Pão de queijo Fruta Chocolate quente	<b>Cardápio Especial</b> Comemoração aniversariantes do mês.	Bisnaguinha com geleia Biscoitos salgados Fruta Leite com café	Bolo de Cenoura Fruta Leite com Café
<b>Lanche extra matutino</b>	Pão integral com Mel Biscoitos salgados integrais Fruta Leite com Café	Bolo Formigueiro Fruta Leite com Café	Bisnaguinha com geleia Fruta Cereal/logurte	Bauru na chapa Fruta Suco de Fruta	Rosquinhas de polvilho Massinha doce Fruta Suco natural
<b>Almoço</b>	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Filés ao molho</b> Massa Brócolis no vapor Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Sobrecoxa assada</b> Aipim cozido na manteiga Molho de tomate Abobrinha e Chuchu palitos Farinha de mandioca	Saladas Arroz integral/Feijão <b>Peixe a milanesa</b> Purê gratinado Cenoura em rodela Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Cubos de frango</b> Polenta/Molho Abobrinha Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Almôndegas de carne</b> Massa caseira Bolinho de legumes Farofa
<b>Hora da Fruta (soninho)</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Lanche vespertino</b>	Pão integral com queijo, presunto e alface. Fruta Chá de Fruta	<b>Risoto de frango com legumes</b> <b>Fruta</b> <b>Suco natural</b>	<b>Cardápio Especial</b> Comemoração aniversariantes do mês.	<b>Macarronada</b> <b>Fruta</b> <b>Suco natural</b>	Bolo de Cenoura Fruta Leite com Café
<b>Lanche extra vespertino</b>	Pão integral com Mel Biscoitos salgados integrais Fruta Leite com Café	Bolo Formigueiro Fruta Leite com Café	Bisnaguinha com geleia Fruta Cereal/logurte	Bauru na chapa Fruta Suco de Fruta	Rosquinhas de polvilho Massinha doce Fruta Suco natural
<b>DATA</b>	<b>20/03/2017</b>	<b>21/03/2017</b>	<b>22/03/2017</b>	<b>23/03/2017</b>	<b>24/03/2017</b>
<b>Lanche matutino</b>	Pão caseiro c/ melado e nata Fruta Leite com Café	Bisnaguinha com requeijão e presunto Fruta Chá	Pão com Omelete Fruta Suco natural	Pão integral com requeijão/geleia de fruta Fruta Leite com Achocolatado	Bolo de Chocolate Fruta Suco natural
<b>Lanche extra matutino</b>	Pão sanduiche com geleia Fruta Suco natural	Cupcake de cacau Fruta Leite fermentado	Misto quente Fruta Leite com Café	Pão caseiro com melado Fruta Suco natural	Bisnaguinha com requeijão Rosquinhas de polvilho Fruta Chá

<b>Almoço</b>	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Estrogonofe de Carne</b> Purê cremoso Abóbora Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Frango refogado</b> Nhoque de batata Cenoura em rodela Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Peixe a dore</b> Batata gratinada Abobrinha palito Farinha de mandioca	Saladas Arroz integral/Feijão <b>Carne assada</b> Polenta cremosa Couve-flor Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Filé de frango grelhado</b> Massa caseira Molho de tomate Bolinho de arroz com legumes Farofa
<b>Hora da Fruta (soninho)</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Lanche vespertino</b>	Pão caseiro c/ melado e nata Fruta Leite com Café	<b>Carreiteiro</b> <b>Fruta</b> <b>Suco de fruta</b>	Pão com Omelete Fruta Suco natural	<b>Frango refogado/arroz</b> <b>Fruta</b> <b>Suco de fruta</b>	Bolo de Chocolate Fruta Suco natural
<b>Lanche extra vespertino</b>	Pão sanduiche com geleia Fruta Suco natural	Cupcake de cacau Fruta Leite fermentado	Misto quente Fruta Leite com Café	Pão caseiro com melado Fruta Suco natural	Bisnaguinha com requeijão Rosquinhas de polvilho Fruta Chá
<b>DATA</b>	<b>27/03/2017</b>	<b>28/03/2017</b>	<b>29/03/2017</b>	<b>30/03/2017</b>	<b>31/03/2017</b>
<b>Lanche matutino</b>	Misto frio Fruta Leite com achocolatado	Pão de queijo Fruta Leite com café	Cachorro-quente Fruta Suco natural	Pão caseiro com geleia e requeijão Fruta Chá	Bolo de Formigueiro Fruta Suco natural
<b>Lanche extra matutino</b>	Pão caseiro, alface, queijo e presunto Fruta Leite com café	Bolo de Banana Fruta Suco natural	Bisnaguinha com requeijão Fruta Iogurte/Cereal	Pão de queijo Fruta Leite com café	Massinha doce Biscoitos salgados Fruta Chá
<b>Almoço</b>	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Carne de panela</b> Massa Cenoura e abobrinha Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Carne moída refogada</b> Nhoque de batata Couve refogada Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Peixe a milanesa</b> Batatas sauté Brócolis e Couve-flor Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Frango assado</b> Polenta ao molho de tomate Repolho refogado Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão <b>Rocambolê de carne</b> Massa caseira Molho de tomate Mix de legumes Farofa
<b>Hora da Fruta (soninho)</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Lanche vespertino</b>	Misto frio Fruta Leite com achocolatado	<b>Risoto de frango</b> <b>Fruta</b> <b>Suco natural</b>	Cachorro-quente Fruta Suco natural	<b>Macarronada</b> <b>Fruta</b> <b>Suco natural</b>	Bolo de Formigueiro Fruta Suco natural
<b>Lanche extra vespertino</b>	Pão caseiro, alface, queijo e presunto Fruta Leite com café	Bolo de Banana Fruta Suco natural	Bisnaguinha com requeijão Fruta Iogurte/Cereal	Pão de queijo Fruta Leite com café	Massinha doce Biscoitos salgados Fruta Chá

- No almoço são oferecidos Suco natural e sobremesa.

- O cardápio pode sofrer alterações de acordo com a disponibilidade do produto e aceitação das crianças.