

CARDÁPIO AMPLIADO COLÉGIO SAGRADA FAMÍLIA – MARÇO/2017 – RESTRIÇÃO DE LACTOSE

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DATA			01/03/2017	02/03/2017	03/03/2017
Lanche matutino			Pão francês com Bolinho Fruta Suco natural	Pão de queijo (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) com achocolatado	Bolo de Laranja (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose)c/ café
Lanche extra matutino			Pão de queijo (s/lactose) Fruta Vitamina de banana (s/lactose)	Bisnaguinha com melado Rosquinha de polvilho Fruta Leite (s/lactose)c/ café	Pão integral com alface e queijo (s/lactose) Fruta Suco natural
Almoço			Saladas Arroz branco/Feijão Carne moída refogada Massa caseira Legumes Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão Filé de peixe a milanesa Purê de batatas (s/lactose) Legumes Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão Cubos de frango refogados Polenta Legumes Farofa
Hora da Fruta (soninho)			Fruta	Fruta	Fruta
Lanche vespertino			Pão francês com Bolinho Fruta Suco natural	Macarronada Fruta Suco natural	Bolo de Laranja (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) c/ café
Lanche extra vespertino			Pão de queijo (s/lactose) Fruta Vitamina de banana (s/lactose)	Bisnaguinha com melado Rosquinha de polvilho Fruta Leite (s/lactose) c/ café	Pão integral com alface e queijo (s/lactose) Fruta Suco natural
DATA	06/03/2017	07/03/2017	08/03/2017	09/03/2017	10/03/2017
Lanche matutino	Bauru frio (s/lactose) Fruta Suco natural	Torradas com Geleia de frutas Biscoitos salgados Fruta Leite (s/lactose) c/ achocolatado	Pão integral com Patê de frango (s/lactose) Fruta Suco natural	Massinha doce Rosquinhas de polvilho Fruta Leite (s/lactose) c/ café	Bolo de Cenoura (s/lactose) Fruta Suco natural
Lanche extra matutino	Bisnaguinha com Mel Biscoito doce Fruta Suco natural	Bolo de Cenoura Fruta Leite (s/lactose) c/ café	Pão de queijo (s/lactose) Fruta Suco natural	Pão caseiro c/ geleia Fruta Leite(s/lactose) c/ achocolatado	Mini - Cachorro-quente Fruta Suco natural
Almoço	Saladas Arroz branco/ Feijão Bife acebolado Massa/Molho de tomate Legumes Farofa	Saladas Arroz integral/Feijão Filé de peixe a milanesa Batata gratinada (s/lactose) Legumes Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão Bife grelhado ao molho Nhoque de batata Legumes Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão Carne moída refogada Polenta cremosa Legumes Farinha de mandioca	Saladas Arroz integral/Feijão Filé de frango grelhado Molho branco (s/lactose) Purê de Batatas (s/lactose) Mix de legumes Farofa

Hora da Fruta (soninho)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche vespertino	Bauru frio (s/lactose) Fruta Suco natural	Frango ensopado/Arroz Fruta Suco natural	Pão integral com Patê de frango (s/lactose) Fruta Suco natural	Carreteiro Fruta Suco natural	Bolo de Cenoura (s/lactose) Fruta Suco natural
Lanche extra vespertino	Bisnaguinha com Mel Biscoitos doces Fruta Suco natural	Bolo de Cenoura (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) c/ Café	Pão de queijo (s/lactose) Fruta Suco natural	Pão caseiro c/ geleia Fruta Leite (s/lactose) com achocolatado	Mini - Cachorro-quente Fruta Suco natural
DATA	13/03/2017	14/03/2017	15/03/2017	16/03/2017	17/03/2017
Lanche matutino	Pão integral com queijo (s/lactose), presunto e alface. Fruta Chá de Fruta	Pão de queijo (s/lactose) Fruta Chocolate quente (s/lactose)	Cardápio Especial Comemoração aniversariantes do mês.	Bisnaguinha com geleia Biscoitos salgados Fruta Leite (s/lactose) c/café	Bolo de Cenoura (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) c/ Café
Lanche extra matutino	Pão integral com Mel Biscoitos salgados integrais Fruta Leite (s/lactose) c/ Café	Bolo Formigueiro (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) c/ Café	Bisnaguinha com geleia Fruta Cereal/iogurte	Bauru na chapa (s/lactose) Fruta Suco de Fruta	Rosquinhas de polvilho Massinha doce Fruta Suco natural
Almoço	Saladas Arroz branco/Feijão Filés ao molho Massa Legumes Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão Sobrecoxa assada Aipim cozido na manteiga Molho de tomate Legumes Farinha de mandioca	Saladas Arroz integral/Feijão Peixe a milanesa Purê gratinado (s/lactose) Legumes Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão Cubos de frango Polenta/Molho Legumes Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão Almôndegas de carne Massa caseira Legumes Farofa
Hora da Fruta (soninho)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche vespertino	Pão integral c/ queijo (s/lactose), presunto e alface. Fruta Chá de Fruta	Risoto de frango com legumes Fruta Suco natural	Cardápio Especial Comemoração aniversariantes do mês.	Macarronada Fruta Suco natural	Bolo de Cenoura (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) c/Café
Lanche extra vespertino	Pão integral com Mel Biscoitos salgados integrais Fruta Leite (s/lactose) c/ café	Bolo Formigueiro (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) c/ café	Bisnaguinha com geleia Fruta Cereal/iogurte	Bauru na chapa (s/lactose) Fruta Suco de Fruta	Rosquinhas de polvilho Massinha doce Fruta Suco natural
DATA	20/03/2017	21/03/2017	22/03/2017	23/03/2017	24/03/2017
Lanche matutino	Pão caseiro c/ melado Fruta Leite (s/lactose) c/ Café	Bisnaguinha com requeijão (s/lactose) e presunto Fruta Chá	Pão com Omelete Fruta Suco natural	Pão integral com geleia Fruta Leite (s/lactose) com Achocolatado	Bolo de Chocolate (s/lactose) Fruta Suco natural
Lanche extra matutino	Pão sanduiche com geleia Fruta Suco natural	Cupcake de cacau (s/lactose) Fruta Leite fermentado	Misto quente (s/lactose) Fruta Leite (s/lactose) c/ café	Pão caseiro com melado Fruta Suco natural	Bisnaguinha com requeijão (s/lactose) Rosquinhas de polvilho Fruta/Chá

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