

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

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DATA	03/04/2017	04/04/2017	05/04/2017	06/04/2017	07/04/2017
Lanche matutino	Pão de aipim com geleia e requeijão (s/lactose) Fruta Suco natura	Torradas com Geleia de frutas Biscoitos salgados Fruta Leite (s/lactose)com café	Pão com Bolinho Fruta Suco natural	Massinha doce Rosquinhas de polvilho Fruta Leite (s/lactose) com Achocolatado	Bolo de Chocolate Biscoito salgado Fruta Suco natural
Almoço	Saladas Arroz Integral/Feijão Filés ao molho Nhoque na manteiga Brócolis Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão Carne moída refogada Massa Legumes Farofa	Saladas Arroz/Feijão Filé de peixe a milanesa Purê de Batatas (s/lactose) Legumes Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão Carne de panela Massa Cenoura e Abobrinha Farofa	Saladas Arroz branco/Feijão Cubos de frango refogado Polenta cremosa Mix de legumes Farinha de mandioca
Hora da Fruta (soninho)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche vespertino	Pão de aipim com geleia e requeijão (s/lactose) Fruta Suco natura	Frango ensopado/Polenta Fruta Suco natural	Pão com Bolinho Fruta Suco natural	Canja de Frango Fruta Suco natural	Bolo de Chocolate (s/lactose) Biscoito salgado Fruta Suco natural
DATA	10/04/2017	11/04/2017	12/04/2017	13/04/2017	14/04/2017
Lanche matutino	Misto frio (s/lactose) Fruta Suco natural	Pão de queijo (s/lactose) Fruta Leite com café	Cachorro-quente Fruta Suco natural	FERIADO	FERIADO
Almoço	Saladas Arroz branco/ Feijão Estrogonofe de carne (s/lactose) Purê de Batatas (s/lactose) Legumes Farofa	Saladas Arroz integral/Feijão Filé de frango grelhado Massa/Molho de tomate Legumes Farinha de mandioca	Saladas Arroz branco/Feijão Filé de peixe a milanesa Batatas sauté Legumes Farofa	FERIADO	FERIADO
Hora da Fruta (soninho)	Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO	FERIADO
Lanche vespertino	Misto frio (s/lactose) Fruta Suco natural	Escondidinho Fruta Suco natural	Cachorro-quente Fruta Suco natural	FERIADO	FERIADO
DATA	17/04/2017	18/04/2017	19/04/2017	20/04/2017	21/04/2017
Lanche matutino	Pão integral com requeijão, queijo (s/lactose), presunto Fruta Suco natural	Massinha doce Biscoitos salgados Fruta Chocolate quente (s/lactose)	Cardápio Especial (s/lactose) Comemoração aniversariantes do mês.	Pão caseiro com geleia Rosquinhas de polvilho Fruta Leite (s/lactose) com Café	FERIADO
Almoço	Saladas Arroz branco/Feijão Carne de panela	Saladas Arroz branco/Feijão Sobrecoxa assada	Saladas Arroz branco/Feijão Peixe a milanesa	Saladas Arroz integral/Feijão Bife grelhado	FERIADO

	Batata Legumes Farofa	Massa/Molho de tomate Legumes Farinha de mandioca	Purê gratinado (s/lactose) Legumes Farofa	Nhoque/Molho Legumes Farinha de mandioca	
Hora da Fruta (soninho)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO
Lanche vespertino	Pão integral com requeijão, queijo (s/lactose) e presunto. Fruta Suco natural	Macarronada Fruta Suco natural	Cardápio Especial (s/lactose) Comemoração aniversariantes do mês.	Sopa de Frango, aletria e legumes Fruta Suco natural	FERIADO
DATA	24/04/2017	25/04/2017	26/04/2017	27/04/2017	28/04/2017
Lanche matutino	Pão caseiro c/ geleia de frutas Biscoitos salgados Fruta Suco natural	Bisnaguinha com requeijão (s/lactose) e presunto Fruta Leite com Café	Pão com Omelete(s/lactose) Fruta Suco natural	Pão integral com queijo (s/lactose) e presunto Fruta Leite(s/lactose)com Achocolatado	Bolo Formigueiro (s/lactose) Fruta Suco natural
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 Legumes Farofa
Hora da Fruta (soninho)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche vespertino	Pão caseiro c/ geleia de frutas Biscoitos salgados Fruta Suco natural	Carne moída refogada/Purê (s/lactose) Fruta Suco de fruta	Pão com Omelete(s/lactose) Fruta Suco natural	Canja de frango Fruta Suco de fruta	Bolo de Formigueiro(s/lactose) Fruta Suco natural

- No almoço são oferecidos Suco natural e sobremesa.

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

Caroline Brandt Firmo – Nutricionista – CRN10 2662