

Cardápio – JULHO - Colégio Nossa Senhora das Dores



1ª SEMANA					Piquenique
2ª-feira 03/07	3ª-feira 04/07	4ª-feira 05/07	5ª-feira 06/07	6ª-feira 08/07	
Mix de folhas Tomate Salada de cenoura Salada de Beterraba	Alface Tomate Salada de chuchu Salada de repolho	Mix de folhas Vinagrete Salada de macarrão Maionese	Alface com almeirão Tomate Salada de beterraba Salada de cenoura	Alface com fruta Vinagrete Salada de abobrinha Salpicão	
Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz branco	Arroz Branco	Arroz Branco	
Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	
Feijão Simples	Feijão simples	Feijão simples	Feijão Simples	Feijão simples	
Frango grelhado	Filé de frango acebolado	Isclas de frango	Isclas de frango ao molho	Frango grelhado	
Carne moída	Lasanha bolonhesa	Lagarto recheado	Costelinha	Bife à milanesa	
Macarrão alho e óleo	Batata palha	Farofa nutritiva	Canjiquinha	Macarronada	
Couve refogada	Mostarda refogada	Almeirão refogado	Couve refogada	Mostarda refogada	
Suco	Suco	Suco	Suco	Suco	
Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	

2ª SEMANA				
2ª-feira 10/07	3ª-feira 11/07	4ª-feira 12/07	5ª-feira 13/07	6ª-feira 14/07
Alface com fruta Tomate Salada de cenoura Salada de beterraba	Mix de folhas Tomate Brócolis Tabule	Mix de folhas com fruta Vinagrete Salada de macarrão Salada de cenoura	Mix de folhas com frutas Vinagrete Repolho com mostarda	Alface Tomate Beterraba cozida Salpicão
Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral
Feijão simples	Feijão simples	Feijão simples	Feijão Simples	Feijão simples
Frango grelhado	File de frango	Lasanha de frango	Strogonoff de frango	Feijoada magra
Carne moída	Bife a rolê	Linguiça	Isclas de boi	Isclas de frango
Macarrão alho e óleo	Creme de milho	Farofa rica	Batata palha	Batata frita
Abobrinha	Mostarda refogada	Almeirão refogado	Cenoura refogada	Couve refogada
Suco	Suco	Suco	Suco	Suco
Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa

Cardápio sujeito a alterações.