

# Cardápio Mensal Novembro 2019

*1ª Semana: de 01 de Novembro*

| Refeição        | Segunda-feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-Feira<br>01/11    |
|-----------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------------------|
| Lanche da Manhã |               |             |              |              | Suco Natural de Limão   |
|                 |               |             |              |              | Pão Francês Requeijão   |
|                 |               |             |              |              | Fruta da Época          |
|                 |               |             |              |              |                         |
| Almoço          |               |             |              |              |                         |
| Prato Principal |               |             |              |              |                         |
| Guarnição       |               |             |              |              |                         |
| Salada          |               |             |              |              |                         |
| Sobremesa       |               |             |              |              |                         |
|                 |               |             |              |              |                         |
| Lanche da Tarde |               |             |              |              | Suco Natural de Abacaxi |
|                 |               |             |              |              | Mini Pizza              |
|                 |               |             |              |              | Fruta da Época          |
|                 |               |             |              |              |                         |
| Jantar          |               |             |              |              |                         |
| Prato Principal |               |             |              |              |                         |
| Salada          |               |             |              |              |                         |
| Sobremesa       |               |             |              |              |                         |
|                 |               |             |              |              |                         |

**Cardápio sujeito a alterações.**

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

# Cardápio Mensal Novembro 2019

**2ª Semana: de 04 a 08 de Novembro**

| Refeição                              | Segunda-feira<br>04/11         | Terça-Feira<br>05/11                       | Quarta-Feira<br>06/11                         | Quinta-Feira<br>07/11                 | Sexta-Feira<br>08/11                |
|---------------------------------------|--------------------------------|--|---|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b>                | Suco Natural de Maracujá       | Suco de Fruta Natural Laranja              | Suco de Fruta Natural Limão                   | Suco Natural de Abacaxi               | Suco Natural Laranja                |
|                                       | Minipão de Queijo              | Bolo de Cenoura                            | Mini Misto Quente                             | Minipão de Mandioquinha com Requeijão | Mini Pizza                          |
|                                       | Fruta da Época                 | Fruta da Época                             | Fruta da Época                                | Fruta da Época                        | Fruta da Época                      |
| <b>Almoço</b>                         |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Prato Principal</b>                |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Guarnição</b>                      |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Salada</b>                         |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Sobremesa</b>                      |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Lanche da Tarde</b>                |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Lanche da Tarde</b>                | Suco de Fruta Natural de Limão | Suco de Fruta Natural de Maracujá          | Suco Natural de Abacaxi                       | Leite com Chocolate                   | Suco Natural de Limão com Beterraba |
|                                       | Pão de Leite com Peito de Peru | Mini Pão de Batata enriquecido com linhaça | Mini Esfiha de Frango enriquecida com linhaça | Bisnaguinha com Queijo Branco         | Pão Crocante                        |
|                                       | Fruta da Época                 | Fruta da Época                             | Fruta da Época                                | Fruta da Época                        | Fruta da Época                      |
| <b>Jantar</b>                         |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Prato Principal</b>                |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Salada</b>                         |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Sobremesa</b>                      |                                |  |   |                                       |                                     |
| <b>Cardápio sujeito a alterações.</b> |                                |  |   |                                       |                                     |

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

# Cardápio Mensal Novembro 2019

**3ª Semana: de 11 a 15 de Novembro**

| Refeição               | Segunda-feira<br>11/11                | Terça-Feira<br>12/11                     | Quarta-Feira<br>13/11         | Quinta-Feira<br>14/11   | Sexta-Feira<br>15/11 |
|------------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------|-------------------------|----------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b> | Suco Natural de Abacaxi               | Suco Natural de Maracujá                 | Suco Natural de Limão         | Suco Natural de Laranja | <b>FERIADO</b>       |
|                        | Queijo Quente (pão integral)          | Esfiha de Frango enriquecida com linhaça | Bisnaguinha com Queijo Branco | Rosquinhas de Laranja   | <b>FERIADO</b>       |
|                        | Fruta da Época                        | Gelatina                                 | Fruta da Época                | Fruta da Época          | <b>FERIADO</b>       |
| <b>Almoço</b>          |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Prato Principal</b> |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Guarnição</b>       |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Salada</b>          |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Sobremesa</b>       |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Lanche da Tarde</b> | Suco Natural de Limão                 | Suco Natural Laranja com Cenoura         | Suco Natural de Tangerina     | Suco Natural de Abacaxi | <b>FERIADO</b>       |
|                        | Pão Francês com Patê de Peito de Peru | Pão de Queijo                            | Misto Quente                  | Minipão de Batata       | <b>FERIADO</b>       |
|                        | Fruta da Época                        | Fruta da Época                           | Fruta da Época                | Fruta da Época          | <b>FERIADO</b>       |
| <b>Jantar</b>          |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Prato Principal</b> |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Salada</b>          |                                       |  |                               |                         |                      |
| <b>Sobremesa</b>       |                                       |  |                               |                         |                      |

**Cardápio sujeito a alterações.**

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

# Cardápio Mensal Novembro 2019

**4ª Semana: de 18 a 22 de Novembro**

| Refeição               | Segunda-feira<br>18/11                     | Terça-Feira<br>19/11                     | Quarta-Feira<br>20/11 | Quinta-Feira<br>21/11               | Sexta-Feira<br>22/11  |
|------------------------|--|--|-----------------------|-------------------------------------|-----------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b> | Suco Natural de Limão                      | Suco Natural de Abacaxi                  | <b>FERIADO</b>        | Suco de Natural Laranja             | Suco Natural de Limão |
|                        | Mini Pão de Batata enriquecido com linhaça | Esfiha de Queijo enriquecida com linhaça | <b>FERIADO</b>        | Bisnaguinha com Muçarela            | Mini Pizza            |
|                        | Fruta da Época                             | Fruta da Época                           | <b>FERIADO</b>        | Fruta da Época                      | Fruta da Época        |
| <b>Almoço</b>          |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Prato Principal</b> |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Guarnição</b>       |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Salada</b>          |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Sobremesa</b>       |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Lanche da Tarde</b> | Suco Natural de Maracujá                   | Suco Natural de Laranja                  | <b>FERIADO</b>        | Suco Natural de Abacaxi com Hortelã | Chocolate Quente/Frio |
|                        | Pão de Coco com Requeijão                  | Pão de Leite com Patê de Peito de Peru   | <b>FERIADO</b>        | Misto Quente                        | Bolo de Formigueiro   |
|                        | Fruta da Época                             | Gelatina                                 | <b>FERIADO</b>        | Fruta da Época                      | Fruta da Época        |
| <b>Jantar</b>          |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Prato Principal</b> |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Salada</b>          |  |  |                       |                                     |                       |
| <b>Sobremesa</b>       |  |  |                       |                                     |                       |

**Cardápio sujeito a alterações.**

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

# Cardápio Mensal Novembro 2019

**5ª Semana: de 25 a 29 de Novembro**

| Refeição  | Segunda-feira<br>25/11           | Terça-Feira<br>26/11      | Quarta-Feira<br>27/11   | Quinta-Feira<br>28/11               | Sexta-Feira<br>29/11            |
|---|----------------------------------|---------------------------|---|-------------------------------------|---------------------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b>  | Suco Natural de Limão            | Suco Natural de Abacaxi   | Suco Natural de Maracujá com Couve                            | Suco de Natural Laranja             | Suco Natural de Melão           |
|   | Pão de Leite com Creme de Ricota | Pão Francês com Requeijão | Pão de Batata enriquecido com linhaça                         | Bisnaguinha com Muçarela            | Pão de Coco com Creme de Ricota |
|   | Fruta da Época                   | Fruta da Época            | Gelatina  | Fruta da Época                      | Fruta da Época                  |
|   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Almoço</b>   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Prato Principal</b>  |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Guarnição</b>  |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Salada</b>   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Sobremesa</b>  |                                  |                           |   |                                     |                                 |
|   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Lanche da Tarde</b>  | Suco Natural de Maracujá         | Suco Natural de Laranja   | Suco Natural de Limão   | Suco Natural de Abacaxi com Hortelã | Chocolate Quente/Frio           |
|   | Mini Pão de Queijo               | Bolo de Chocolate         | Mini Esfiha de Frango com Requeijão (enriquecida com linhaça) | Mini Misto Quente                   | Mini Pizza                      |
|   | Fruta da Época                   | Fruta da Época            | Fruta da Época  | Fruta da Época                      | Fruta da Época                  |
|   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Jantar</b>   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Prato Principal</b>  |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Salada</b>   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>Sobremesa</b>  |                                  |                           |   |                                     |                                 |
|   |                                  |                           |   |                                     |                                 |
| <b>O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos do mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização da nutricionista do colégio</b> |                                  |                           |   |                                     |                                 |

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural