

CARDÁPIO DO ALMOÇO (Colégio Anchieta Pituba) - ABRIL

Semana I: de 02 a 06 de Abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral com Brócolis	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão
Guarnição	Purê de Abóbora	Pirão	Legumes Gratinados	Macarrão com Molho de Tomate	Banana da Terra Cozida
Prato Principal	Peixe ao Forno com Molho de Tomate	Cozido	Coxa e Sobrecoxa Ensopada	Lombo Recheado com Cenoura	Frango a Milanesa de Forno
Opção 1	Torta de Queijo e Presunto	***	Quibe de Forno Vegetariano c/ Ricota	Omelete de Frango	***
Opção 2	Frango Grelhado	Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada	Cubos de Frango Acebolado	Carne Grelhada com Vagem

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana II: de 09 A 13 de Abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/ Salsinha e Milho Verde	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão c/ Cenoura (Batido)	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão
Guarnição	Macarrão com Molho de Tomate	Purê de Mandioquinha	Souflê de Cenoura	Batatas Assadas em Tiras	Abobrinha com Requeijão Cremoso
Prato Principal	Filé de Frango Ensopado c/ Quiabo e Abobora	Carne do Sol Acebolada	Bife Rolê com Cenoura	Bobó de Frango	Filé de Peixe c/ Molho de Limão
Opção 1	Carne Moída	Risoto de Frango	Rocambolê de Batata c/ Recheio de Carne	Torta Crepe de Frango	***
Opção 2	Isca de Carne Grelhada	Frango Grelhado	Cubos de Frango Grelhado c/ Cenoura	Isca de Carne Grelhada c/ Molho de Tomate	Frango Grelhado

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana III: de 16 a 20 de Abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral c/ Milho Verde e Ervilha	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/ Cenoura	Branco/ Integral
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão Preto
Guarnição	Abacaxi Assado c/ Canela	Nhoque de Batata c/ Molho de Tomate	Macarrão ao Alho e Óleo	Purê de Batata Doce	Couve Flor com Vagem Sauté
Prato Principal	Lasanha de Queijo	Lombo Recheado c/ Ovos	Strogonoffe de Carne c/ batata Palha	Ensofado de Peixe com Batata	Carne Ensopada com Quiabo
Opção 1	Frango Desfiado com Milho	Hamburguer de Frango de Forno	Sanduche de Forno c/ Queijo	Torta de Frango c/ Requeijão Cremoso	***
Opção 2	Carne na Chapa c/ Legumes	Tiras de Frango c/ Brocólis	Filé de Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada	Filé de Frango Grelhado

*Cardápio sujeito a alterações

Semana IV: de 23 a 27 de Abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Brocolis	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/Sete Cereais
Feijão	Feijão	Feijão com Couve (batido)	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Penne Colorido ao Molho Parisiense (Separado)	Purê de Batata	Bolinho de Arroz	Legumes na Chapa com Shoyo	Abacaxi e Banana Grelhados
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assada	Almôndegas de Carne c/ Molho de Tomate	Strogonoffe de Frango c/ Batata Palha	Escondidinho de Carne Moída com Batata	Picadinho de Carne com Legumes
Opção 1	Omelete de Queijo, Tomate e Manjeriçao	Panqueca com Recheio de Ricota e Couve	Torta de Atum	Bolinho Assado de Peixe com Limão	***
Opção 2	Cubos de Carne Grelhadas	Frango Grelhado	Carne na Chapa com Cenoura e Chuchu	Frango Grelhado	Frango Grelhado c/ Legumes

*Cardápio sujeito a alterações