

Cardápio Escolar– Colégio Real

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	- Chá natural - Bolacha maria	- Café com leite - Pão integral com doce	- Chá matte - Biscoito salgado integral	- Chá natural - Bolo simples	- Café com leite - Bolacha doce integral
Almoço	- Carne moída em molho com batatinha - Arroz - Feijão - Couve flor cozida	- Risoto com frango - Feijão - Repolho cru ralado	- Macarrão com molho de frango - Arroz - Feijão - Pepino	- Carne bovina em cubos - Arroz - Feijão - Brócolis	- Arroz - Feijão - Ovo cozido - Tomate - Beterraba cozida
Lanche da tarde					
1 semana	- Sagu com suco de uva	- Polenta com frango em molho	- Risoto com frango e legumes	- Sopa com legumes	- Bolo de cenoura
2 semana	- Sopa de letrinhas com frango	- Bolo salgado com legumes	- Sopa de feijão	- Macarrão com molho de carne moída	- Sagu com suco de uva
3 semana	- Arroz carreteiro	- Polenta com carne moída	- Pão integral com doce	- Sopa de feijão	- Bolo de fubá
4 semana	- Sopa de letrinhas com legumes	- Risoto de frango	- Bolo de laranja	- Polenta com molho de frango	- Pão integral com doce

OBS: A complementações do lanche é de responsabilidade dos pais.

- Cardápio provisório, sujeito a mudanças.

Thamara Lotici – Nutricionista -CRN 8-9080

Cardápio Escolar– Colégio Real

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	- Café com leite - Bolacha salgada	- Chá natural - Bolo integral	- Café com leite - Pão integral com doce	- Chá natural - Bolo formigueiro	- Café com leite - Bolacha maizena
Almoço	- Risoto com frango - Feijão - Tomate	- Arroz - Feijão - Farofinha de ovo - Repolho cru	- Polenta - Arroz - Feijão - Frango em molho - Brócolis ou couve flor	- Mandioca/batata doce - Feijão - Carne moída - Pepino	- Arroz - Feijão - Sopa branca com carne
Lanche da tarde					
1 semana	- Sopa de feijão	- Arroz doce com canela	- Sagu com suco de uva	- Sopa de legumes com frango	- Bolo integral
2 semana	- Pudinzinho	- Risoto com carne moída e legumes	- Arroz carreteiro	- Sopa de feijão	- Bolo de legumes e frango
3 semana	- Macarrão com carne moída	- Bolo de milho	- Sopa de feijão	- Sagu com suco de uva	- Bolacha salgada
4 semana	- Bolo de laranja	- Polenta com frango	- Bolo de limão	- Macarrão com frango	- Pudinzinho

OBS: A complementações do lanche é de responsabilidade dos pais.

- Cardápio provisório, sujeito a mudanças.

Thamara Lotici – Nutricionista -CRN 8-9080