

Cardápio Escolar — Colégio Real

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Lanche da manhã</b>	- Chá natural - Bolo integral	- Café com leite Pão integral com doce	- Chá mate Biscoito salgado integral	- Chá natural - Bolo simples	- Café com leite - Bolacha doce integral ou caseira
<b>Almoço</b>	- Carne moída em molho com polentacremosa - Arroz - Feijão - Legumes cozidos	- Risoto com frango - Feijão - Verdura crua (repolho, pepino, cenoura crua ralada, tomate)	- Macarrão com molho de frango - Arroz - Feijão - Legumes cozidos	- Carne bovina em cubos - Arroz - Feijão - Legumes cozidos	- Arroz Feijão Ovo cozido Verdura crua (repolho, pepino, cenoura crua ralada, tomate)
		<b>Lanche da tarde</b>			
<b>1 semana</b>	- Bolo	- Polenta com frango em molho	- Bolo de cenoura	- Sopa com legumes	- Risoto com frango e legumes
<b>2 semana</b>	- Sopa de letrinhas com frango	- Bolo salgado com legumes	- Sopa de feijão	- Pão com doce	- Bolo
<b>3 semana</b>	- Arroz carreteiro	- Polenta com carne moída	- Pão integral com doce	- Sopa de feijão	- Bolo de fubá
<b>4 semana</b>	- Bolo de laranja	- Risoto de frango	- Sopa de letrinhas com legumes	- Pão integral com doce	- Polenta com molho de frango

É obrigação dos pais colocarem na lancheira dos filhos frutas.

\*\*Cardápio experimental.

\*\*\*Os legumes e verduras utilizados são os da época.