Colégio Guaracy Nova Era

CARDÁPIO DE REFEIÇÕES

|  |
| --- |
| ***LANCHE DA MANHÃ***Serviremos: bolachas diversas, pão francês, pão sovado e sucos |

|  |
| --- |
| ***ALMOÇO****Todas as refeições acompanham suco artificial e fruta de sobremesa* |
| ***Dias da Semana*** | ***1ª Semana*** | ***2ª Semana*** | ***3ª Semana*** | ***4ª Semana*** |
| *Segunda-feira* | Arroz , feijão, couve refogada, purê de batata e omelete de queijo | Arroz, feijão, escarola refogada, batata soutê e ovo cozido. | Arroz, feijão, purê de batata, couve refogada e omelete queijo. | Arroz, feijão, escarola refogada e fritada de batata. |
| *Terça-feira* | Arroz, feijão, salada verde (alface) e carne moída com batata | Arroz, feijão, salada verde (alface ou acelga), abóbora refogada e salsicha ao molho. | Arroz, feijão, salada de repolho com beterraba e picadinho de carne com batata. | Arroz, feijão, salada verde, kibe ao forno, batata soutê |
| *Quarta-feira* | Arroz, feijão, escarola refogada e frango assado com batata. | Arroz, feijão, repolho refogado, batata a milaneza e frango cozido. | Arroz, feijão, escarola refogada e frango assado com batata. | Arroz, feijão, purê de batata, salsicha ao molho e couve refogada. |
| *Quinta-feira* | Arroz, feijão, salada verde (acelga) e lingüiça de frango assada com batata | Arroz, feijão, salada verde, strogonofe de carne e batata soutê | Arroz, feijão, salada verde, polenta com molho e carne moída | Arroz, feijão, salada de repolho com cenoura, picadinho de carne com batata. |
| *Sexta-feira* | Macarrão ao sugo com salsicha | Macarrão a bolonhesa | Macarrão ao sugo com salsicha  | Macarrão a bolonhesa. |

|  |
| --- |
| ***LANCHE DA TARDE (Opcional)***De acordo com o cardápio, fornecido no início de cada mês. |

|  |
| --- |
| ***PRÉ- JANTAR***Sopa de Legumes;Ervilha; Lentilha; com carne ou frango e Macarrão |