



## CARDÁPIO MÊS DE NOVEMBRO/ DEZEMBRO 2017 - COLÉGIO EXPRESSÃO

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 13/11	TERÇA-FEIRA 14/11	QUARTA-FEIRA 15/11	QUINTA-FEIRA 16/11	SEXTA-FEIRA 17/11
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	BOLO DE CHOCOLATE LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO DE FORMA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO DE FORMA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA PICADINHO POLENTA CREMOSA SALADA DE TOMATE COM ALFACE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO FRANGO ENSOPADO PURÊ DE BATATA SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: GELATINA C/ CREME	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA ABÓBORA REGOGADA SALADA DE PEPINO COM TOMATE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: BRIGADEIRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO OMELETE COM LEGUMES FAROFA RICA SALADA DE TOMATE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA MACARRÃO CHUCHU COM CENOURA COZIDO BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA
	SEGUNDA-FEIRA 20/11	TERÇA-FEIRA 21/11	QUARTA-FEIRA 22/11	QUINTA-FEIRA 23/11	SEXTA-FEIRA 24/11
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO DE CARÁ COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM REQUEIJÃO LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO DE CARÁ COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	BOLO DE CHOCOLATE LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO
	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FRANGO ENSOPADO PEPINO BETERRABA COZIDA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA MANDIOCA COZIDA SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO STROGONOF DE FRANGO BATATA ASSADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA MACARRÃO ALHO E ÓLEO ALMÔNDEGAS COM

<b>ALMOÇO</b>	BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	SALADA: SALADA MISTA VERDE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: PUDIM	BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	COM ERVAS SALADA DE ALFACE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: GELATINA C/ CREME	MOLHO DE TOMATE SALADA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA
	<b>SEGUNDA-FEIRA 27/11</b>	<b>TERÇA-FEIRA 28/11</b>	<b>QUARTA-FEIRA 29/11</b>	<b>QUINTA-FEIRA 30/11</b>	<b>SEXTA-FEIRA 01/12</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	PÃO FRANCES COM REQUEIJÃO LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO DE CARÁ COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	BOLO DE LARANJA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM REQUEIJÃO LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OMELETE PURÊ DE ABÓBORA SALADA DE TOMATE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA NUGGETS ASSADOS CREME DE ESPINAFRE SALADA DE FOLHAS MISTAS BEBIDA: SUCO SOBREMESA: GELATINA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA POLENTA SALADA ESCAROLA BETERRABA COZIDA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA STROGONOFF DE CARNE BATATA ASSADA COM ERVAS SALADA DE TOMATE COM ALFACE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA PANQUECA DE CARNE BETERRABA RALADA ESCAROLA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: GELATINA
	<b>SEGUNDA-FEIRA 04/12</b>	<b>TERÇA-FEIRA 05/12</b>	<b>QUARTA-FEIRA 06/12</b>	<b>QUINTA-FEIRA 07/12</b>	<b>SEXTA-FEIRA 08/12</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO DE CARÁ COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO DE CARÁ COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA NUGGETS ASSADO CREME DE MILHO SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA COM LEGUMES SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA STROGONOF DE CARNE BATATA ASSADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA ALMÔNDegas MACARRÃO SALADA VERDE

	BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	COM ERVAS SALADA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	MISTA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA
	<b>SEGUNDA-FEIRA 11/12</b>	<b>TERÇA-FEIRA 12/12</b>	<b>QUARTA-FEIRA 13/12</b>	<b>QUINTA-FEIRA 14/12</b>	<b>SEXTA-FEIRA 15/12</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	PÃO DE CARÁ COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM REQUEIJÃO LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO DE CARÁ COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	PÃO FRANCES COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO	BOLO SIMPLES LEITE COM CAFÉ (CLARINHO) E LEITE COM ACHOCOLATADO
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OVOS COZIDOS FAROFA RICA SALADA VERDE BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA PURÊ DE ABÓBORA SALADA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO ESCONDIDINHO DE CARNE COM BATATA SALADA DE FOLHAS BEBIDA: SUCO SOBREMESA: PUDIM	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FRANGO ASSADO EM TIRINHAS BATATA ASSADA SALADA SOBREMESA: GELATINA C/ CREME	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA BEBIDA: SUCO SOBREMESA: FRUTA

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES, SOB ORIENTAÇÃO DA NUTRICIONISTA - PAUA LIMA CRN 35757**

