



CANTINAS  
DON CAPPELLO

# COLÉGIO DE SANTA INÊS



## CARDÁPIO SEMANAL - Semana de 15.04 a 19.04

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
--	----------	----------	----------	----------	----------

### LANCHE DA MANHÃ

<b>Lanche</b>	Pão francês com queijo mussarella , manteiga ou requeijão	Pão sovado com manteiga ou creme de ricota	Bolo caseiro de coco com calda e biscoito salgado	Bisnaguinha com creme de ricota ou manteiga	Pão português com manteiga ou requeijão
<b>Bebida</b>	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado
<b>Fruta</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

### ALMOÇO

<b>Salada</b>	Alface, tomate e cenoura ralada	Alface, tomate e beterraba ralada	Alface, tomate e vinagrete	Alface, tomate e cenoura ralada	Alface, tomate e repolho fatiado
<b>Legumes</b>	Beterraba em cubos temperada na salsa	Batata soutê	Farofa temperada com cenoura ralada	Brócolis temperado no azeite	Mix de legumes
<b>Fixo</b>	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca	Arroz , feijão carioca e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca
<b>Prato principal</b>	Fricassê de frango	Carne de panela com cenoura	Isclas de frango grelhado	Panqueca de espinafre recheada com carne moída	Peixe cação ao molho com purê de batatas
<b>Opção</b>	Omelete	Frango desfiado refogado	Omelete	Frango desfiado refogado	Omelete
<b>Bebida</b>	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural
<b>Sobremesa</b>	Gelatina	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Gelatina

### LANCHE DA TARDE

<b>Lanche</b>	Bolo caseiro de laranja e biscoito salgado	Sanduiche de pão de forma com queijo mussarella e requeijão	Bisnaguinha com requeijão	Lanche natural de frango	Bolo caseiro de chocolate e biscoito salgado
<b>Bebida</b>	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

**OBSERVAÇÃO:** Cardápio sujeito a alterações, de acordo com a disponibilidade dos produtos.

Fabiana Gomez  
Nutricionista  
CRN-3 59610/P