

CARDÁPIO *semanal*

ALMOÇO - COLÉGIO FRANCO

Sanutrín

	19/10	20/10	21/10	22/10	23/10
SALADA	REPOLHO BETERRABA SALADA DE FEIJÃO BRANCO	ACELGA PEPINO SALADA DE ERVILHA	ALFACE CENOURA RALADA SALADA DE SOJA EM GRÃOS	ALFACE RABANETE SALADA DE GRÃO DE BICO	MIX DE FOLHAS CHUCHU SALADA DE LENTILHA
PRATO PRINCIPAL	CARNE PICADINHA	STROGONOFF DE FRANGO	LASANHA DE CARNE ¹	ISCAS DE CARNE ACEBOLADA	CUBOS DE FRANGO GRELHADO
GUARNIÇÕES	MACARRÃO AO MOLHO BRANCO (A PARTE) ^{1 2}	BATATA RÚSTICA / BATATA PALHA	BRÓCOLIS REFOGADO	CHUCHU GRATINADO ²	FAROFA DE CEBOLA
ARROZ/FEIJÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO
SOBREMESA	MAMÃO	BRIGADEIRO DE CACAU INTEGRAL ²	MELANCIA	LARANJA	DUO DE FRUTAS

¹ CONTÉM OVO

² CONTÉM LEITE OU DERIVADOS

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS

CARDÁPIO

COLAÇÃO - COLÉGIO FRANCO

Sanutrín

	19/10	20/10	21/10	22/10	23/10
PRINCIPAL	MINI PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS ¹	ESFIRRA DE CARNE ^{1 2}	MINI PÃO DE QUEIJO ²	MUFFIN INTEGRAL DE LARANJA ¹	MINI PÃO DE LEITE COM GELEIA DE FRUTAS ²
FRUTA	MAÇÃ	MEXERICA	MAMÃO	MELANCIA	MELÃO
SUCO	SUCO DE CAJU	SMOOTHIE DE FRUTAS VERMELHAS	SUCO DE UVA	SUCO DE GOIABA	SUCO DE MANGA

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS

CARDÁPIO

LANCHE - COLÉGIO FRANCO

Sanutrín

	19/10	20/10	21/10	22/10	23/10
PRINCIPAL	MINI PÃO DE QUEIJO ²	MINI PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO ²	PANQUECA AMERICANA COM MEL ^{1 2}	MINI PÃO FRANCÊS COM QUEIJO ²	CUCA DE MAÇÃ ^{1 2}
FRUTA	BANANA	DUO DE FRUTAS	MAÇÃ	ABACAXI	PERA
SUCO	SUCO DE ABACAXI	SUCO DE MARACUJÁ	SUCO DE FRUTAS VERMELHAS	LEITE COM CACAU ¹	SUCO DE CAJU

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS