



**CANTINAS
DON CAPPELLO**

COLÉGIO DE SANTA INÊS



CARDÁPIO SEMANAL - SEMANA DE 05.05 A 09.05

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

LANCHE DA MANHÃ

Lanche	Pão sovado com manteiga ou creme de ricota	Pão francês com queijo muçarela, manteiga ou requeijão	Pão português com manteiga ou requeijão	Bolo caseiro de milho, cereal matinal e biscoito salgado	Bisnaguinha com creme de ricota ou manteiga
Bebida	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado	Suco natural ou achocolatado
Fruta	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

ALMOÇO

Salada	Alface, tomate e cenoura ralada	Alface, tomate e beterraba ralada	Alface, tomate e pepino fatiado	Alface, tomate e repolho fatiado	Alface, tomate e ervilha
Legumes	Abobrinha de forno temperada no azeite	Milho cozido no palito	Farofa temperada com cenoura ralada e ovos cozidos	Mix de legumes	Batata corada
Fixo	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca	Arroz, feijão carioca e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca
Prato principal	Escondidinho de carne	Tiras de frango acebolada	Isclas de carne com legumes	Massa penne a bolonhesa	Strogonoff de frango
Opção	Frango desfiado refogado	Omelete	Frango em cubos	Omelete	Omelete
Bebida	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural
Sobremesa	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época

LANCHE DA TARDE

Lanche	Pão francês com queijo	Bolo caseiro de laranja	Pão de queijo	Lanche natural de frango	Cupcake de chocolate
Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Sobremesa	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-3.69510/P