



**CANTINAS  
DON CAPPELLO**

# COLÉGIO DE SANTA INÊS



## CARDÁPIO SEMANAL - SEMANA DE 27.01 A 30.01

3<sup>a</sup> feira

4<sup>a</sup> feira

5<sup>a</sup> feira

6<sup>a</sup> feira

### CAFÉ DA MANHÃ

Lanche		Pão francês com manteiga ou requeijão	Tapioca com ovos mexidos ou manteiga	Bolo caseiro de fubá e biscoito salgado	Torrada gratinada com queijo
Bebida		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

### ALMOÇO

Salada		Alface, tomate e pepino fatiado	Rúcula, tomate picado repolho fatiado	Alface, tomate e beterraba ralada	Alface, tomate e cenoura ralada
Legumes		Batata bolinha temperada	Farofa temperada com cenoura	Cenoura sautê	Creme de milho
Fixo		Arroz e feijão carioca	Arroz, feijão carioca e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca
Prato principal		Iscas de carne acebolada	Filé de frango grelhado	Espaguete com brócolis na manteiga e carne moída refogada	Frango em cubos
Opção		Frango desfiado temperado	Ovos cozidos	Frango de Coxinha	Omelete
Bebida		Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural	Suco Natural
Sobremesa		Gelatina	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época

### LANCHE DA TARDE

Lanche		Crepe Suíço	Bolo caseiro de formigueiro	Pão de leite com queijo	Bisnaguinha com manteiga
Bebida		Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Sobremesa		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 69610/P

