



CARDÁPIO DE ABRIL - COLÉGIO HÉLIO ALONSO



o ensino em boas mãos

DIA	DESJEJUM	PRATO PRINCIPAL	SALADA	BEBIDA	SOBREMESA	LANCHE DA TARDE
01	TORRADA C/ REQUEIJÃO/ SUCO/ FRUTA	FRANGO Á PIZZAIOLO C/ ABOBRINHA REFOGADA	ALFACE, TOMATE E CEBOLA	SUCO	FRUTA	PÃO NA CHAPA/ SUCO/ FRUTA
02	PÃO C/ QUEIJO QUENTE/ SUCO/ FRUTA	MACARRÃO Á BOLONHESA	ALFACE E CENOURA RALADA	SUCO	FRUTA	BOLO FORMIGUEIRO/ SUCO/ FRUTA
03	PÃO C/ OVO MEXIDO/SUCO/ FRUTA	FRANGO AO MOLHO C/ LEGUMES	ALAFACE E PEPINO	SUCO	FRUTA	BOLO FORMIGUEIRO/ SUCO/ FRUTA
04	PÃO DE QUEJO/ SUCO/ FRUTA	ESCONDIDINHO DE CARNE	ALFACE E BETERRABA RALADA	SUCO	BRIGADEIRO	PASTEL DE CARNE AO FORNO/ SUCO/ FRUTA
07	PÃO NA CHAPA/ SUCO/FRUTA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO C/ FAROFA	ALFACE E TOMATE	SUCO	FRUTA	SANDUICHE DE PASTE DE FRANGO/ SUCO/ FRUTA
08	BRIOCHE C/ REQUEIJÃO/ SUCO/ FRUTA	BIFE GRELHADO, CENOURA E BETERRABA COZIDA	ALFACE E FEIJÃO FRADINHO	SUCO	FRUTA	PIPOCA/ SUCO/ FRUTA
09	PÃO SUIÇO C/ QUEIJO/ SUCO/ FRUTA	STROGONOFE DE FRANGO C/ BATATA AO FORNO	ALFACE E TOMATE	SUCO	FRUTA	EMPADÃO DE FRANGO/ SUCO/ FRUTA
10	PÃO DE QUEJO/ SUCO/FRUTA	OMELETE DE LEGUMES	ALFACE E REPOLHONENSE	SUCO	FRUTA	BOLO DE LARANJA/ SUCO/FRUTA
11	TORRADA C/ REQUEIJÃO/ SUCO / FRUTA	CARNE ASSADA C/ MACARRAO ESPAGUETE	ALFACE E CENOURA COZIDA	SUCO	SACOLÉ	PÃO NA CHAPA/ SUCO/ FRUTA
14	PÃO COM QUEJO/SUCO/FRUTA	FRANGO REFOGADO C/ LEGUMES	ALFACE E PEPINO	SUCO	FRUTA	BOLO DE CENOURA/ SUCO/ FRUTA
15	SANDUICHE DE PASTA DE QUEIJO/SUCO/FRUTA	LASANHA Á BOLONHESA	ALFACE E TOMATE	SUCO	FRUTA	BISCOITO CASEIRO DE CACAU/ SUCO/FRUTA
16	PÃO NA CHAPA/ SUCO/FRUTA	PANQUECA DE FRANGO	ALFACE E BETERRABA COZIDA	SUCO	FRUTA	PÃO COM REQUEIJÃO/ SUCO/ FRUTA
17	PÃO SUIÇO C/ REQUEIJÃO/ SUCO/FRUTA	PEIXE C/ PIRÃO	ALFACE, TOMATE E CEBOLA	SUCO	FRUTA	BISCOITO POLVILHO/ SUCO/ FRUTA
18						
21						
22	BISCOITO POLVILHO/ SUCO/FRUTA	STROGONOFE DE FRANGO C/ BATATA PALHA	ALFACE E TOMATE	SUCO	FRUTA	PÃO C REQUEIJÃO/ SUCO/FRUTA
23						
24	PÃO DE QUEIJO/ SUCO/ FRUTA	MACARRÃO Á BOLONHESA	ALFACE E CENOURA RALADA	SUCO	FRUTA	BOLO MESCLADO/ SUCO/FRUTA
25	BRIOCHE C/ QUEIJO/ SUCO/ FRUTA	COXA E SOBRECOXA ASSADA C/ FAROFA	ALFACE C/ BATATA E CENOURA	SUCO	PUDIM	PÃO C/ OVOS MEXIDOS/ SUCO/FRUTA
28	PÃO C/ REQUEIJÃO/ SUCO/FRUTA	PICADINHO DE CARNE C/ LEGUMES	ALFACE E TOMATE	SUCO	FRUTA	PIZZA DE QUEJO/ SUCO/ FRUTA
29	PÃO SUIÇO C/ QUEIJO/ SUCO / FRUTA	FRANGO GRELHADO C/ ESPAGUETE AO MOLHO	ALFACE E CENOURA COZIDA	SUCO	FRUTA	BOLO FORMIGUEIRO/ SUCO/ FRUTA
30	TAPIOCA C/ OVOS MEXIDOS/ SUCO/ FRUTA	BIFE A CAÇAROLA C/ PURE DE ABOBORA	ALFACE, TOMATE E CEBOLA	SUCO	FRUTA	PIPOCA/ SUCO/ FRUTA

**OBS:**

- DIARIAMENTE SÃO OFERECIDOS ARROZ E FEIJÃO, ALÉM DE OPÇÃO DE OVOS MEXIDOS PARA SUBSTITUIR A PROTEÍNA DO DIA;
- O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERÇÕES DEACORDO COM A ENTREGA DE INSUMOS DOS FORNECEDORES