



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO SÃO PAULO



Semana I: de 01 a 05 de abril de 2024					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Legume Cru + Legume Cozido + Fruta + Molho				
Arroz (02 tipos)	Branco Integral c/Salsa	Branco Integral	Branco Integral	Branco Integral c/Milho	Branco Integral c/Seleta
Feijão	Cariquinha	Preto	Cariquinha	Preto	Cariquinha
Guarnição	Massa Penne Alho e Óleo	Purê de Abóbora	Quiche de Brócolis c/Tomate Cereja	Massa Espaguete Alho e Óleo	Purê de Batatas
	Molho de Tomate à Bolonhesa	Farofa de Soja	Quiabo e Abóbora Refogados	Brócolis Gratinados	***
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	Lasanha à Bolonhesa	Fricassé de Frango c/Batata Palha	Almondegas de Carne c/Molho de Tomate	Lasanha de Frango
Opção	Bife de Carne Grelhado c/Cenoura	Isca de Frango Grelhado c/Legumes	Isca de Carne Acebolada	Filé de Frango Grelhado c/Cenoura	Cubos de Carne na Chapa c/Shoyu

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO SÃO PAULO



Semana II: de 08 a 12 de abril de 2024					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Legume Cru + Legume Cozido + Fruta + Molho				
Arroz (02 tipos)	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral	Branco Integral c/Milho	Branco Integral	Branco Integral c/
Feijão	Cariquinha	Preto	Cariquinha	Preto	Cariquinha
Guarnição	Legumes Gratinados	Massa Parafuso Alho e Óleo	Purê de Banana da Terra	Massa Espaguete Alho e Óleo	Legumes Sauté
	Arrumadinho de Feijão Fradinho	Cenoura e Batata Refogadas	Tomate Recheado c/Queijo e Orégano	Abacaxi e Banana da Terra Assados	***
Prato Principal	Empadão de Frango c/Catupiry	Panqueca de Carne c/Molho de Tomate	Lasanha à Bolonhesa	Estrogonofe de Frango c/Batata Palha	Rocambole de Carne c/Molho de Tomate
Opção	Bife de Carne Grelhado c/Brócolis	Filé de Frango Acebolado	Cubos de Frango Grelhados c/Legumes	Bife de Carne Grelhado c/Brócolis	Filé de Frango Acebolado

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO SÃO PAULO



Semana III: de 15 a 19 de abril de 2024					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Legume Cru + Legume Cozido + Fruta + Molho				
Arroz (02 tipos)	Branco Integral	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral	Branco Integral	Branco Integral
Feijão	Preto	Carioquinha	Carioquinha	Preto	Carioquinha
Guarnição	Massa Espaguete Alho e Óleo	Purê de Abóbora	Batata Gratinada	Yakissoba de Legumes	Purê de Batatas
	Molho Branco à Parisiense	Calzone de Queijo	Farofa de Cebola	Farofa de Cebola	***
Prato Principal	Lombo Fatiado à Vinagrete	Filé de Peixe Assado ao Brás (Ovos de Codorna + Azeitonas + Batata Palha)	Quiabada	Frango Xadrez	Lasanha de Frango
Opção	Tiras de Frango na Chapa c/Brócolis	Cubos de Carne Acebolada	Isca de Frango Acebolada	Bife de Carne Acebolado	Isca de Carne Grelhada c/Cenoura

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO SÃO PAULO



Semana IV: de 22 a 26 de abril de 2024					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA DIA DO CHURRASCO	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Legume Cru + Legume Cozido + Fruta + Molho				
Arroz (02 tipos)	Branco Integral c/Salsa	Branco Integral	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral	Branco Integral c/Milho
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto
Guarnição	Legumes Sauté	Massa Espaguete Alho e Óleo	Purê de Batatas	Batata Corada c/Queijo Ralado	Macarrão de Forno c/Queijo e Presunto
	Banana da Terra Assada	Molho à Bolonhesa	Tropeiro Tradicional	Farofa de Couve	***
Prato Principal	Escondidinho de Aipim c/Carne do Sol	Nuggets de Frango de Forno	Cubos de Carne e Frango na Chapa	Panqueca de Frango c/Molho de Tomate	Hambúrguer de Carne na Chapa c/Batata Palito
Opção	Filé de Frango Acebolado	Isca de Carne Grelhada c/Cenoura	Toscana Acebolada c/Pão de Alho	Bife de Carne Acebolado	Filé de Frango Grelhado c/Legumes

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO SÃO PAULO



Semana V: de 29 de abril a 03 de maio de 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Folha + Legume Cru + Legume Cozido + Fruta + Molho				
Arroz (02 tipos)	Branco Integral	Branco Integral c/Salsa	FERIADO Dia do Trabalho	Branco Integral c/Brócolis	Branco Integral
Feijão	Carioquinha	Carioquinha		Preto	Preto
Guarnição	Massa Espaguete Alho e Óleo	Pirão do Cozido		Massa Espaguete Alho e Óleo	Nhoque de Batatas c/Molho Bolonhesa
	Quibe de Forno de Carne c/Queijo	Legumes do Cozido		Purê de Batatas	***
Prato Principal	Peixe Assado c/Molho de Limão	Cozido (Carne)		Frango à Parmegiana de Forno	Carne do Sol Acebolada
Opção	Cubos de Frango c/Cenoura	Isca de Frango Acebolado		Isca de Carne Grelhada c/Shoyu	Filé de Frango Grelhado c/Brócolis

***Cardápio Sujeito a alterações!**