



## Colégio Vicentino Santa Cecília

### Cardápio de Nível 1 – 09 a 13 de Dezembro de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO e JANTAR	LANCHE
<b>2ª FEIRA</b>	Frutas variadas Leite com chocolate em pó Pãozinho com complementos	Feijão/ Arroz Carne moída com cenoura Beterraba assada Saladas Tomate, Brócolis, Mix verde	Frutas Suco de frutas Tomatinho
<b>3ª FEIRA</b>	Frutas variadas Chá de frutas Pão de queijo	Feijão/ Arroz Carne suína grelhada Macarrão Saladas Alface, Tomate e Couve-flor	Frutas Suco de Frutas Bolo de aveia e fruta
<b>4ª FEIRA</b>	Chá de frutas Frutas variadas Canapés	Feijão / Carreteiro Couve refogada com farofa Saladas Cenoura, beterraba e verdes	Frutas Suco de Frutas Batata assada
<b>5ª FEIRA</b>	Frutas variadas Chá de maçã Sanduíche de saladas	Feijão / Arroz Galinha escabellada Seleto de legumes Salada Rúcula, Repolho e Cenoura	Frutas Suco de frutas Ovo cozido
<b>6ª FEIRA</b>	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo mármore	Feijão/ Arroz Lasanha Bolonhesa Moranga refogada Saladas Tomate, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Palitos de cenoura

O cardápio está sujeito a alterações.

**Obs:** Importante ingerir almoço de prato colorido diariamente: **Saladas:** **Verde:** alface, brócolis, rúcula, agrião, pepino; **Branca:** repolho, brotos, cebola, couve-flor, batata inglesa; **Vermelha:** tomate salada, tomate cereja; **Roxa:** beterraba ralada, beterraba cozida, rabanete, repolho roxo, alface roxa; **Laranja:** cenoura ralada, cenoura cozida.

\*Os alimentos deste cardápio podem variar (sem aviso prévio), permanecendo o mesmo grupo de alimentos.

Nutricionista Cynthia Sá de Souza- CRN2: 2888



**Colégio Vicentino Santa Cecília**  
**Cardápio de Maternal – 09 a 13 de Dezembro de 2024**

<b>DIA</b>	<b>LANCHE MANHÃ 8:00</b>	<b>ALMOÇO/ JANTAR 11:00/ 16:00</b>	<b>LANCHE 14:00</b>
<b>2ª FEIRA</b>	Frutas variadas	Feijão/ Arroz Carne moída com cenoura Beterraba assada Saladas Tomate, Brócolis, Mix verde	Frutas Suco de frutas Tomatinho
<b>3ª FEIRA</b>	Frutas variadas	Feijão/ Arroz Carne suína grelhada Macarrão Saladas Alface, Tomate e Couve-flor	Frutas Suco de Frutas Bolo de aveia e fruta
<b>4ª FEIRA</b>	Frutas variadas	Feijão / Carreteiro Couve refogada com farofa Saladas Cenoura, beterraba e verdes	Frutas Suco de Frutas Batata assada
<b>5ª FEIRA</b>	Frutas variadas	Feijão / Arroz Galinha escabelada Seleta de legumes Salada Rúcula, Repolho e Cenoura	Frutas Suco de frutas Ovo cozido
<b>6ª FEIRA</b>	Frutas variadas	Feijão/ Arroz Lasanha Bolonhesa Moranga refogada Saladas Tomate, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Palitos de cenoura

O maternal pode receber mamadeira às 13h e 17h, conforme o desejo e solicitação de cada família.

**Obs:** Importante ingerir almoço de prato colorido diariamente: **Saladas:** **Verde:** alface, brócolis, rúcula, agrião, pepino; **Branca:** repolho, brotos, cebola, couve-flor, batata inglesa; **Vermelha:** tomate salada, tomate cereja;

**Roxa:** beterraba ralada, beterraba cozida, rabanete, repolho roxo, alface roxa; **Laranja:** cenoura ralada, cenoura cozida.

\*Os alimentos deste cardápio podem variar (sem aviso prévio), permanecendo o mesmo grupo de alimentos.

Nutricionista Cynthia Sá de Souza- CRN2: 2888



## Colégio Vicentino Santa Cecília

Cardápio do Contraturno (de nível 3 a 5º ano do ensino fundamental) – 09 a 13 de Dezembro de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO
<b>2ª FEIRA</b>	Frutas variadas Leite com chocolate em pó Pãozinho com complementos	Feijão/ Arroz Carne moída com cenoura Beterraba assada Saladas Tomate, Brócolis, Mix verde
<b>3ª FEIRA</b>	Frutas variadas Chá de frutas Pão de queijo	Feijão/ Arroz Carne suína grelhada Macarrão Saladas Alface, Tomate e Couve-flor
<b>4ª FEIRA</b>	Chá de frutas Frutas variadas Canapés	Feijão / Carreteiro Couve refogada com farofa Saladas Cenoura, beterraba e verdes
<b>5ª FEIRA</b>	Frutas variadas Chá de maçã Sanduíche de saladas	Feijão / Arroz Galinha escabelada Seleta de legumes Salada Rúcula, Repolho e Cenoura
<b>6ª FEIRA</b>	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo mármore	Feijão/ Arroz Lasanha Bolonhesa Moranga refogada Saladas Tomate, Pepino, Mix verde

Oferecemos sobremesa após o almoço, 3 vezes na semana.

**Saladas: Verde:** alface, brócolis, rúcula, agrião, pepino; **Branca:** repolho, brotos, cebola, couve-flor, batata inglesa; **Vermelha:** tomate salada, tomate cereja;

**Roxa:** beterraba ralada, beterraba cozida, rabanete, repolho roxo, alface roxa; **Laranja:** cenoura ralada, cenoura cozida.

\*Os alimentos deste cardápio podem variar (sem aviso prévio), permanecendo o mesmo grupo de alimentos.

Nutricionista Cynthia Sá de Souza- CRN2: 2888