



Colégio Vicentino Santa Cecília

Cardápio de Nível 1 – 21 a 25 de Outubro de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO e JANTAR	LANCHE
2ª FEIRA	Frutas variadas Café com leite Pão cacetinho com manteiga e mel	Feijão/ Arroz Carne picadinha Abobrinha refogada Saladas Tomate, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de frutas Cenourinha
3ª FEIRA	Frutas variadas iogurte com Frutas, aveia e mel	Feijão/ Arroz Frango refogado Polenta com molho Saladas Alface, Tomate e Couve-flor	Frutas Suco de Frutas Tomatinho
4ª FEIRA	Chá de frutas Frutas variadas Bolo formigueiro	Feijão / Arroz Lasanha Bolonhesa Moranga refogada Saladas Chuchu, Brócolis e verdes	Frutas Suco de Frutas Couve-flor
5ª FEIRA	Frutas variadas Chá de maçã Cachorrinho	Feijão / Arroz Carne suína grelhada Batatas ao vapor Salada Rúcula, Repolho e Beterraba	Frutas Suco de frutas Brócolis
6ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de Laranja	Feijão/ Arroz Isclas frango crocante Chuchu com tempero verde Saladas Tomate, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Batata doce

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 - 21 a 25 de Outubro de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ 8:00	ALMOÇO/ JANTAR 11:00/ 16:00	LANCHE 14:00
2ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão/ Arroz Carne picadinha Abobrinha refogada Saladas Tomate, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de frutas Cenourinha
3ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão/ Arroz Frango refogado Polenta com molho Saladas Alface, Tomate e Couve-flor	Frutas Suco de Frutas Tomatinho
4ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz Lasanha Bolonhesa Moranga refogada Saladas Chuchu, Brócolis e verdes	Frutas Suco de Frutas Couve-flor
5ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz Carne suína grelhada Batatas ao vapor Salada Rúcula, Repolho e Beterraba	Frutas Suco de frutas Brócolis
6ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão/ Arroz Isclas frango crocante Chuchu com tempero verde Saladas Tomate, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Batata doce

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) - 21 a 25 de Outubro de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO
2ª FEIRA	Frutas variadas Café com leite Pão cacetinho com manteiga e mel	Feijão/ Arroz Carne picadinha Abobrinha refogada Saladas Tomate, Pepino, Mix verde
3ª FEIRA	Frutas variadas iogurte com Frutas, aveia e mel	Feijão/ Arroz Frango refogado Polenta com molho Saladas Alface, Tomate e Couve-flor
4ª FEIRA	Chá de frutas Frutas variadas Bolo formigueiro	Feijão / Arroz Lasanha Bolonhesa Moranga refogada Saladas Chuchu, Brócolis e verdes
5ª FEIRA	Frutas variadas Chá de maçã Cachorrinho	Feijão / Arroz Carne suína grelhada Batatas ao vapor Salada Rúcula, Repolho e Beterraba
6ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de Laranja	Feijão/ Arroz Isclas frango crocante Chuchu com tempero verde 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