



CARDÁPIO

Colégio Porto Brasil JULHO



2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Almoço 03/07	Almoço 04/07	Almoço 05/07	Almoço 06/07	Almoço 07/07
Arroz e feijão, linguiça assada com batata, brócolis, salada verde com tomate. Sobremesa: frutas da estação.	Arroz e feijão, tirinhas de frango, abóbora refogada, salada verde com tomate. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, carne cozida, purê de mandioquinha, salada verde e beterraba cozida. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e Feijão, macarrão ao molho, carne moída, repolho cozido, salada verde, tomate. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, omelete com legumes, chuchu refogado, salada verde, tomate. Sobremesa: fruta da estação.
Almoço 10/07	Almoço 11/07	Almoço 12/07	Almoço 13/07	Almoço 14/07
Arroz e feijão, almôndegas de carne, couve refogada, salada verde, tomate e cenoura ralada. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, file de frango, abóbora refogada, salada verde com tomate com tomate e cenoura. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, carne ao molho, couve flor, salada verde e tomate e cenoura ralada. Sobremesa: fruta	Arroz e feijão, frango assado, purê de batata, salada verde, tomate e cenoura ralada. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, macarrão ao sugo, carne moída com legumes, purê de batata, salada verde e tomate. Sobremesa: fruta da estação.
Almoço 17/07	Almoço 18/07	Almoço 19/07	Almoço 20/07	Almoço 21/07
Arroz e feijão, panqueca de frango, beterraba cozida, salada verde e tomate. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, filé de frango, abóbora refogada, salada verde com tomate. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, carne em cubinhos com batata, repolho cozido, salada verde, tomate e cenoura ralada. Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, almôndegas de carne, purê de mandioquinha, salada verde e beterraba cozida, Sobremesa: fruta da estação.	Arroz e feijão, ovo cozido, purê de mandioquinha, salada verde com tomate. Sobremesa: frutas da estação
Almoço 24/07	Almoço 25/07	Almoço 26/07	Almoço 27/07	Almoço 28/07
Arroz e feijão, linguiça, vagem e beterraba cozidas, salada verde. Sobremesa: fruta da estação	Arroz e feijão, estrogonofe de carne, batata palha, brócolis e salada verde com tomate. Sobremesa: Fruta da estação	Arroz e feijão, carne em cubinhos com mandioca, purê de batata, salada verde e couve flor. Sobremesa: fruta da estação	Arroz e Feijão, macarrão ao molho, carne moída, repolho cozido, salada verde, tomate. Sobremesa: fruta da estação	Arroz e feijão, omelete, batata palha, vagem refogada e salada verde com tomate. Sobremesa: Fruta da estação
Almoço 31/07				
Arroz e feijão, purê de abóbora, file de frango, legumes cozidos, salada verde e tomate. Sobremesa: fruta da estação.				

