

# Externato Nossa Senhora do Sagrado Coração

## CARDÁPIO DO MÊS DE ABRIL/19

### Almoço

01 2ªF	ARROZ	FEIJÃO	PANQUECA DE CARNE MOÍDA	REPOLHO REFOGADO	SALADA ALFACE/TOMATE	SUCO LIMÃO	SOBREMESA BANANA
02 3ªF	ARROZ	FEIJÃO	STROGONOFF DE FRANGO	BATATA FRITA	FOLHAS/BETERRABA	MORANGO	DOCE DE LEITE
03 4ªF	ARROZ	FEIJOADINHA	LINGUIÇA CALABRESA	COUVE/FAROFA	ACELGA/TOMATE	MANGA	LARANJA LIMA
04 5ªF	#####	MACARRÃO COM MOLHO VERMELHO	ALMÔNDEGAS	#####	ALFACE/BETERRABA	LARANJA	GELATINA
05 6ªF	ARROZ	FEIJÃO	FALDINHA COZIDA C/ CHEIRO VERDE	PURÊ DE BATATA	ALFACE	UVA	ABACAXI EM CUBINHOS
08 2ªF	ARROZ	FEIJÃO	ESCALOPINHO	VERDURA REFOGADA	ALFACE/CENOURA	MARACUJÁ	MELANCIA
09 3ªF	ARROZ	FEIJÃO	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	LEGUMES NO AZEITE	PEPINO/TOMATE	ABACAXI	MARIA MOLE
10 4ªF	ARROZ	FEIJOADINHA	LINGUIÇA CALABRESA	COUVE/FAROFA	VINAGRETE	LIMÃO	LARANJA LIMA
11 5ªF	#####	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA	NUGHETS DE PEITO DE FRANGO	#####	FOLHAS DESFIADAS	MANGA	PUDIM
12 6ªF	ARROZ	FEIJÃO	ISCAS DE DE PEIXE	#####	BATATA/OVOS/ CHEIRO VERDE	CAJÚ	CREME DE ABACATE
15 2ªF	ARROZ	FEIJÃO	CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA	VERDURA REFOGADA	PEPINOS FATIADOS	UVA	BANANA
16 3ªF	ARROZ	FEIJÃO	FRANGO DE PANELA	BOLINHO DE ARROZ	ALFACE	LARANJA	GELATINA
17 4ªF	ARROZ	FEIJOADINHA	LINGUIÇA CALABRESA	COUVE /FAROFA	REPOLHO/TOMATE	ABACAXI	LARANJA LIMA
18 5ªF	#####	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA	BIFE EM TIRAS	#####	TRICOLOR	MARACUJÁ	MOSAICO
19 6ªF	FERIADO	PAIXÃO DE CRISTO	#####	#####	#####	#####	#####
22 2ªF	ARROZ	FEIJÃO	CARNE EM CUBOS	MANDIOCA FRITA	ALFACE/TOMATE	LIMÃO	BANANA
23 3ªF	ARROZ	FEIJÃO	SOBRE COXA DE FRANGO ASSADA	CABOTIÃ REFOGADA	ALFACE	MORANGO	PUDIM
24 4ªF	ARROZ	FEIJÃO	LINGUIÇA DE FRANGO	COUVE/FAROFA	VINAGRETE	UVA	LARANJA LIMA
25 5ªF	#####	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA	BIFE EM TIRAS CEBOLADO	#####	ALFACE/BETERRABA	MANGA	GELATINA COLORIDA
26 6ªF	ARROZ	FEIJÃO	ESCALOPINHO	CREME DE MILHO	FOLHAS DESFIADAS	CAJÚ	SALADA DE FRUTAS
29 2ªF	ARROZ	FEIJÃO	OVOS COZIDOS OU FRITOS	BRÓCOLIS REFOGADO	ALFACE/CENOURA	LARANJA	BANANA
30 3ªF	ARROZ	FEIJÃO	FRANGO AO MOLHO	POLENTA	ALFACE	LIMÃO	PUDIM

OBS- ESTE CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO NA AUSÊNCIA DE MERCADORIAS NA FONTE DE ABASTECIMENTO.

OBS- SERÃO SERVIDAS TODAS AS 2ª FEIRAS E 6ª FEIRAS PARA OS MENORES DO INFANTIL DO INTEGRAL SOPAS.

DRA. CARMEN ANTONIA CAZARIN OZORES

(NUTRICIONISTA)

CRN- 4077

Café da Manhã

MÊS ABRIL/19

01	2ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM REQUEIJÃO	18	5ªF	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO MUSSARELA
02	3ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM MARGARINA	19	6ªF	FERIADO PAIXÃO DE CRISTO
03	4ªF	PÃO FRANCÊS OU PÃO DE LEITE COM MARGARINA	22	2ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM REQUEIJÃO
04	5ªF	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO MUSSARELA	23	3ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM MARGARINA
05	6ªF	PÃO FRANCÊS OU PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	24	4ªF	PÃO FRANCÊS OU PÃO DE LEITE COM MARGARINA
08	2ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM REQUEIJÃO	25	5ªF	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO MUSSARELA
09	3ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM MARGARINA	26	6ªF	PÃO FRANCÊS OU PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO
10	4ªF	PÃO FRANCÊS OU PÃO DE LEITE COM MARGARINA	29	2ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM REQUEIJÃO
11	5ªF	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO MUSSARELA	30	3ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM MARGARINA
12	6ªF	PÃO FRANCÊS OU PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO			
15	2ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM REQUEIJÃO			
16	3ªF	PÃO FRANCÊS OU TORRADAS COM MARGARINA			
17	4ªF	PÃO FRANCÊS OU PÃO DE LEITE COM MARGARINA			

Café da Tarde

01	2ªF	HOT DOG	18	5ªF	HOT DOG
02	3ªF	BAURU DE FORNO	19	6ªF	FERIADO PAIXÃO DE CRISTO
03	4ªF	TORRADAS COM PATÊ DE PRESUNTO	22	2ªF	ROSQUINHAS DE CÔCO
04	5ªF	VITAMINA DE FRUTAS C/ BOLACHA ÁGUA E SAL	23	3ªF	VITAMINA DE BANANA E AVEIA C/ BOLACHA ÁGUA E SAL
05	6ªF	BOLO DE FUBÁ CREMOSO	24	4ªF	BOLINHO DE CHUVA
08	2ªF	PÃO DE FORMA COM FRIOS	25	5ªF	BOLACHA SALGADA COM PATÊ DE PRESUNTO
09	3ªF	BOLACHA DOCE	26	6ªF	BOLO DE LARANJA
10	4ªF	PÃO FRANCÊS ASSADO COM QUEIJO, TOMATE E ORÉGANO	29	2ªF	BOLACHA DOCE
11	5ªF	PIPOCA	30	3ªF	PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO
12	6ªF	BOLO DE BANANA			
15	2ªF	BOLACHA SALGADA COM REQUEIJÃO			
16	3ªF	PÃO DE QUEIJO			
17	4ªF	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRIOS			

OBS. OS LANCHES SERÃO ACOMPANHADOS COM LEITE E NESCAU, CHÁ OU SUÇO.

Dra. Carmen Antonia Cazarin Ozores  
(Nutricionista)  
CRN- 4077