

Cardápio Dezembro Colégio Marista São Luís

Educação
Infantil
e
Período
Ampliado.

Colégios Maristas.
Preparação para todas
as provas da vida.



	SEGUNDA 03/12	TERÇA 04/12	QUARTA 05/12	QUINTA 06/12	SEXTA 07/12
LANCHE DA MANHÃ	Frutas Misto no pão integral Suco natural	Frutas Esfirra de carne Suco natural	Frutas Cereal sem açúcar iogurte	Frutas Torta de frango palmito Suco natural	Frutas Bolo de cacau com aveia Chá
ALMOÇO	Arroz/Feijão Frango assado/Carne ao molho /Purê bicolor Bolinho de espinafre assado Saladas: couve/tomate/alface/azeiton a sem caroço/pepino/milho Suco natural/água saborizada	Arroz/Feijão Pernil assado/Almôndegas ao sugo/Chips de batata assada Macarrão com brócolis Saladas: tomate/abobrinha/ acelga/ feijão branco/beterraba/ maionese c/biomassa Suco natural/água saborizada	Arroz /Feijão Peixe chapeado/Frango ao sugo Macarrão com ervas/ Aipim crocante Salada: Ovos de codorna/couve- flor/brócolis/alface/rúcula tomate/cenoura Suco natural/águas saborizada	Arroz/Feijão Carne com legumes/Frango com alecrim /Batata rústica/ Macarrão de forno Saladas: tomate/alface/milho/ ervilha /acelga/brócolis Suco natural/água saborizada	Arroz/Feijão Quibe recheado/Frango cremoso Lasanha/ Creme de milho Saladas: tomate/pepino/repolho/ cenoura/milho/ervilha Suco natural/água saborizada
LANCHE DA TARDE I	Frutas Pão de queijo Suco natural	Frutas Torta de bolacha caseira Chá	Frutas Sanduiche natural Suco natural	Frutas Assado de pizza Suco natural	Frutas Torrada com omelete Suco natural
LANCHE DA TARDE 2	Polenta com carne	Escondidinho	Carreteiro	Pão de queijo	Macarronada

Esse lanche é servido apenas ao Período Ampliado e Infantil 02 e 03

Cardápio Dezembro Colégio Marista São Luís

Educação
Infantil
e
Período
Ampliado.

Colégios Maristas.
Preparação para todas
as provas da vida.



	SEGUNDA 10/12	TERÇA 11/12	QUARTA 12/12	QUINTA 13/12	SEXTA 14/12
LANCHE DA MANHÃ	Frutas Pão de fubá com doce Suco natural	Frutas Pão de queijo Suco natural	Frutas Mini-pizza Suco natural	Frutas Sanduiche natural Suco natural	Frutas Bolo de cenoura com calda de cacau Chá
ALMOÇO	Arroz/Feijão Frango ao sugo/ Iscas acebolada Polenta cremosa com queijo/Macarrão ao pesto Saladas: alface/tomate/acetga/repolho cenoura/vagem/pepino /brócolis/chuchu Suco natural/ Água saborizada	Arroz/Feijão Lombo assado/ Frango com legumes Farofa de couve/ Macarrão ao sugo Refogado de berinjela Saladas: couve/tomate/alface/azeitona sem caroço/pepino/milho Suco natural/água saborizada	Arroz Feijão Peixe assado/Frango ao molho Purê/Macarronada Saladas: tomate/alface/azeitona ervilha /acetga/brócolis Suco natural/água saborizada	Arroz Feijão Isclas aceboladas/ Rocamboles Panqueca verde com queijo/Macarrão a parisiense Saladas: alface/beterraba/cenoura/couve/ ovo de codorna//pepino Suco natural/água saborizada	Arroz Feijão Carne assada/Estrogonofe de frango/Macarrão ao azeite de oliva e ervas Batata palito assada Saladas: couve/tomate/alface/azeitona sem caroço/pepino/milho Suco natural/água saborizada
LANCHE DA TARDE I	Frutas Assado de frango Suco natural	Frutas Bolo de maçã com aveia e canela Chá	Frutas Pastelão de carne Suco natural	Frutas Cereal sem açúcar logurte	Frutas Misto no pão integral Suco natural
LANCHE DA TARDE 2	Sorvete de Banana com Morango	Escondidinho de frango	logurte com cereal	Risoto de frango	Macarronada

Esse lanche é servido apenas ao Período Ampliado e Infantil 02 e 03

Cardápio Dezembro Colégio Marista São Luís

Educação
Infantil
&
Período
Ampliado.

Colégios Maristas.
Preparação para todas
as provas da vida.



	SEGUNDA 17/12	TERÇA 18/12	QUARTA 19/12	QUINTA 20/12	SEXTA 21/12
LANCHE DA MANHÃ	Frutas Pão de cenoura com patê de presunto Suco natural	Frutas Panqueca colorida com frango Suco natural	Frutas Cereal +biscoito de polvilho iogurte	Frutas Assado de pizza Suco natural de limão	Frutas Torta de bolacha caseira Chá
ALMOÇO	Arroz/Feijão Frango ensopado com legumes/ Iscas Acebolada Polenta cremosa/Macarrão integral ao pomodoro Saladas: couve/tomate/alface/azeitona sem caroço/pepino/milho Suco natural/água saborizada	Arroz/Feijão Bisteca acebolada/Frango empanado assado Bolinho de batata assado/Farofa colorida Saladas: tomate/pepino/repolho/ cenoura/milho/ervilha Suco natural/água saborizada	Arroz/Feijão Peixe assado/Frango ao sugo/Creme de milho/Macarrão com brócolis Saladas: couve/ vagem/alface/rúcula/tomate/ cenoura Suco natural/água saborizada	Arroz/Feijão Bife/Frango cremoso Macarronada ao sugo com folhas de manjerição/Bolinho de aipom com espinafre Saladas: tomate/pepino/repolho/ cenoura/milho/ervilha Suco natural/água saborizada	Arroz/Feijão Estrogonofe de Carne/Coxinha assada Batata "frita"/Macarrão c/alho e óleo de oliva Saladas: beterraba/alface/tomate/brócolis/ acelga/abobrinha Suco natural/água saborizada
LANCHE DA TARDE 1	Frutas Sanduiche natural Suco natural	Frutas Nega maluca Chá	Frutas Hamburguinho Suco natural	Frutas Sorvete de banana com melado Biscoito de polvilho Suco natural	Frutas Pão de queijo Suco natural
LANCHE DA TARDE 2	Pão de queijo	iogurte+cereal	Pãozinho com patê	Assado de frango	Bisnaguinha caseira geleia

Esse lanche é servido apenas ao Período Ampliado e Infantil 02 e 03