

**CARDÁPIO COLÉGIO OEMAR ABRIL 2025**

DATA		ALMOÇO	SALADA	SOBREMESA
31	SEG	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE FRANGO COM MILHO NA MANTEIGA	ALFACE E CENOURA RALADA	GELATINA
1	TER	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA E ABÓBORA REFOGADA	ALFACE E COUVE FLOR	FRUTA
2	QUA	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, KIBE DE FORNO RECHEADO E ABÓBORA COM BACON	ALFACE E TOMATE	GELATINA
3	QUI	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, COXINHA DA ASA ASSADA, MACARRÃO COM MOLHO VERMELHO	ALFACE E BETERRABA RALADA	FRUTA
4	SEX	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, LINGUIÇA TOSCANA ASSADA E BATATA DOCE ASSADA	ALFACE E PEPINO	GELATINA
<b>ALMOÇO</b>				
7	SEG	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, ISCAS DE CARNE ACEBOLADA E CENOURA NA MANTEIGA	ALFACE E PEPINO	FRUTA
8	TER	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, FRICASSÊ DE FRANGO E ABOBRINHA REFOGADA	ALFACE E BRÓCOLIS	GELATINA
9	QUA	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CARNE ASSADA AO MOLHO ROTY E PURÊ DE BATATAS	ALFACE E TOMATE	FRUTA
10	QUI	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, TIRAS DE FRANGO EMPANADAS E MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	ALFACE E REPOLHO BRANCO	GELATINA
11	SEX	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE Á PORTUGUESA	ALFACE E BETERRABA RALADA	FRUTA

DATA		ALMOÇO	SALADA	SOBREMESA
14	SEG	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA E COUVE FLOR GRATINADO	ALFACE E VINAGRETE COM VAGEM	GELATINA
15	TER	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO ASSADO COM POLENTA CREMOSA	ALFACE E CENOURA RALADA	FRUTA
16	QUA	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CARNE COZIDA COM TOMATE, CEBOLA E PIMENTÃO E ABÓBORA REFOGADA	ALFACE E PEPINO	GELATINA
17	QUI	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, HAMBURGUER CASEIRO ASSADO E MACARRÃO COM MOLHO BRANCO	ALFACE E TOMATE	FRUTA
18	SEX	<b>FERIADO</b>		

DATA		ALMOÇO	SALADA	SOBREMESA
21	SEG	<b>FERIADO</b>		
22	TER	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, ESCONDIDINHO DE CARNE E CHUCHU REFOGADO	ALFACE E BRÓCOLIS	GELATINA
23	QUA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, FEIJOADA LIGHT E FAROFA CASEIRA	ALFACE E VINAGRETE DE REPOLHO	FRUTA
24	QUI	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE FRANGO GRElhADO COM	ALFACE E BETERRABA RALADA	GELATINA
25	SEX	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, LASANHA À BOLONHESA E BATATAS ASSADAS	ALFACE E COUVE FLOR	FRUTA

DATA		ALMOÇO	SALADA	SOBREMESA
28	SEG	ARROZ, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE FRANGO A MILANESA E CREME DE MILHO	ALFACE E BRÓCOLIS	GELATINA
29	TER	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CARNE DE PANELA COM BATATA E REPOLHO REFOGADO	ALFACE E PEPINO	FRUTA
30	QUA	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, STROGONOFF DE FRANGO E BATATA PALHA	ALFACE E TOMATE	GELATINA

ELABORADO POR GIOVANNA SIMIONATO  
NUTRICIONISTA CRN 3 - 68125

