Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

Cardápio semanal

2eat | ondina alimentação

		(31/08) segunda-feira	(1º/09) terça-feira	(02/09) quarta-feira	(03/09) quinta-feira	(04/09) sexta-feira
Almoço Avulso	Salada	Alface/ Vinagrete/ Beterraba cozida	Alface/ Pepino/ Rúcula com manga	Alface/ Tomate/ Mandioquinha com chuchu	Alface/ Beterraba/ Lentilha	Alface/Berinjela/ Grão-de-bico
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal	Mignon suíno grelhado/ Iscas de frango com pimentões	Carne assada ao molho roty/ Peixe gratinado	Estrogonofe de frango/ Carne moída	Bife acebolado/ Escondidinho de frango	Almôndegas ao sugo/ Filé de frango
	Guarnição	Couve refogada/ Farofa	Batata corada/ Vagem com cenoura	Batata palha/ Couve-flor	Abobrinha refogada/ Virado de couve	Macarrão na manteiga/ Brócolis no vapor
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa	Laranja	Melancia	Melão/ Creme de chocolate	Mamão	Abacaxi
	Suco	Suco polpa de limão	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de acerola	Suco polpa de caju	Suco polpa de morango
Almoço Contraturno Infantil, Fund. I e Fund. II	Salada	Alface/ Vinagrete/ Beterraba cozida	Alface/ Pepino/ Rúcula com manga	Alface/ Tomate/ Mandioquinha com chuchu	Alface/ Beterraba/ Lentilha	Alface/Berinjela/ Grão-de-bico
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal	Tiras de mignon suíno grelhado/ Iscas de frango com pimentões	Lascas de carne assada ao molho roty/ Cubos de peixe gratinado	Estrogonofe de frango/ Carne moída	Bifinho acebolado/ Escondidinho de frango	Almôndegas ao sugo/ Frango grelhado em iscas
	Guarnição	Couve refogada/ Farofa	Batata corada/ Vagem com cenoura	Batata palha/ Couve-flor	Abobrinha refogada/ Virado de couve	Macarrão na manteiga/ Brócolis no vapor
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa	Laranja	Melancia	Melão/ Pudim de chocolate	Mamão	Abacaxi
	Suco	Suco polpa de limão	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de acerola	Suco polpa de caju	Suco polpa de morango
Lanche (manhã)		Melão	Uva	Maçã	Manga	Melão
		Pão de leite com muçarela	Bolo	Pão de queijo	Pão francês com ovos mexidos	Esfiha
		Leite com cacau	Suco de laranja	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de limão
Lanche (tarde)		Mamão	Kiwi	Banana	Melão	Melancia
		Pão francês com patê de atum	Pão francês com queijo	Esfiha	Bolo	Croissant de queijo e presunto
		Suco polpa de maracujá	Suco polpa de uva	Suco polpa de limão	Suco polpa de morango	Suco polpa de maracujá

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

Cardápio semanal

2eat | ondina alimentação

		(07/09) segunda-feira	(08/09) terça-feira	(09/09) quarta-feira	(10/09) quinta-feira	(11/09) sexta-feira
Almoço Avulso	Salada		Alface/ Acelga com cenoura e pimentões/ Tabule	Alface/ Pepino/ Brócolis com tomate cereja	Alface/ Agrião com abacate/ Soja temperada	Alface/ Chuchu com ovos/ Repolho roxo
	Prato base		Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal		Iscas de frango ao molho roty/ Cubos de mignon suíno	Assado ao molho madeira/ Peixe no fubá	Lasanha à bolonhesa/ Coxinha da asa assada	Bife de panela com batatas/ Cubos de frango
	Guarnição		Batata-doce assada/ Berinjela refogada	Purê de batata/ Repolho com bacon	Couve-flor com cenoura/ Vagem refogada	Creme de milho/ Ratatouille
	Opção a escolher		Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa		Laranja	Mamão/Gelatina	Melancia	Melão
	Suco		Suco polpa de limão	Suco polpa de laranja	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de uva
Almoço Contraturno Infantil, Fund. I e Fund. II	Salada		Alface/ Acelga com cenoura e pimentões/ Tabule	Alface/ Pepino/ Brócolis com tomate cereja	Alface/ Agrião com abacate/ Soja temperada	Alface/ Chuchu com ovos/ Repolho roxo
	Prato base		Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal		Iscas de frango ao molho roty/ Cubos de mignon suíno	Lascas de carne assado ao molho madeira/ Tiras de peixe no fubá	Lasanha à bolonhesa/ Coxinha da asa assada	Iscas de carne de panela com batatas/ Cubos de frango
	Guarnição		Batata-doce assada/ Berinjela refogada	Purê de batata/ Repolho com bacon	Couve-flor com cenoura/ Vagem refogada	Creme de milho/ Ratatouille
	Opção a escolher		Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa		Laranja	Mamão/Gelatina	Melancia	Melão
	Suco		Suco polpa de limão	Suco polpa de laranja	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de uva
Lanche (manhã)			Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
			Pão de queijo	Pão francês com frios	Bolo	Croissant com frios
			Suco polpa de laranja	Suco polpa de uva	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de limão
Lanche (tarde)			Manga	Melancia	Melão	Abacaxi
			Bolo	Pão de queijo	Croissant de frios	Pão francês com requeijão
			Suco polpa de acerola	Suco polpa de morango	Suco polpa de caju	Suco polpa de goiaba

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

Cardápio semanal

2eat | ondina alimentação

		(14/09) segunda-feira	(15/09) terça-feira	(16/09) quarta-feira	(17/09) quinta-feira	(18/09) sexta-feira
Almoço Avulso	Salada	Alface/ Rúcula com manga/ Trigo em grãos	Alface/ Repolhete/ Guacamole	Alface/ Vinagrete/ Banana-da-terra	Alface/ Pepino/ Beterraba cozida	Alface/ Tomate cereja/ Agrião com manga
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal	Filé de frango à pizzaiolo/ Mignon suíno em cubos	Panqueca de carne/ Peixe grelhado	Feijoada/ Iscas de frango aceboladas	Peixe ao molho de ervas/ Frango xadrez	Frango assado/ Iscas de carne ao molho roty
	Guarnição	Macarrão ao alho e óleo/ Couve-flor com brócolis	Abobrinha refogada/ Legumes à jardineira	Couve refogada/ Farofa	Bolinho de arroz/ Cenoura com vagem	Polenta/ Repolho ao bacon
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa	Melancia	Maçã/Mousse de maracujá	Laranja	Melão	Mamão
	Suco	Suco polpa de caju	Suco polpa de abacaxi	Suco polpa de limão	Suco polpa de acerola	Suco polpa de morango
Almoço Contraturno Infantil, Fund. I e Fund. II	Salada	Alface/ Rúcula com manga/ Trigo em grãos	Alface/ Repolhete/ Guacamole	Alface/ Vinagrete/ Banana-da-terra	Alface/ Pepino/ Beterraba cozida	Alface/ Tomate cereja/ Agrião com manga
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal	Iscas de frango à pizzaiolo/ Mignon suíno em cubos	Panqueca de carne/ Tirinhas de peixe grelhado	Feijoada/ Iscas de frango aceboladas	Cubos de peixe ao molho de ervas/ Frango xadrez	Lascas de frango assado/ Iscas de carne ao molho roty
	Guarnição	Macarrão ao alho e óleo/ Couve-flor com brócolis	Abobrinha refogada/ Legumes à jardineira	Couve refogada/ Farofa	Bolinho de arroz/ Cenoura com vagem	Polenta/ Repolho ao bacon
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa	Melancia	Maçã/Mousse de maracujá	Laranja	Melão	Mamão
	Suco	Suco polpa de caju	Suco polpa de abacaxi	Suco polpa de limão	Suco polpa de acerola	Suco polpa de morango
Lanche (manhã)		Mamão	Kiwi	Manga	Uva	Melancia
		Pão de leite com muçarela	Esfiha	Bolo	Pão de queijo	Pão francês com frios
		Suco polpa de acerola	Suco polpa de morango	Suco polpa de laranja	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de caju
Lanche (tarde)		Manga	Maçã	Melão	Banana	Melancia
		Croissant	Pão de queijo	Pão francês com frios	Esfiha	Bolo
		Suco polpa de limão	Suco polpa de uva	Suco polpa de morango	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de acerola

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

Cardápio semanal

2eat | ondina alimentação

		(21/09) segunda-feira	(22/09) terça-feira	(23/09) quarta-feira	(24/09) quinta-feira	(25/09) sexta-feira
Almoço Avulso	Salada	Alface/ Pepino/ Beterraba cozida	Alface/ Tomate/ Acelga com cenoura e laranja	Alface/ Tabule/ Maionese	Alface/ Chuchu com ovos/ Grão-de-bico	Alface/ Tomate/ Lentilha
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal	Torta Madalena/ Peixe à dorê	Iscas de frango gratinadas/ Cubos de carne ao molho roty	Lombo suíno ao molho mostarda/ Cubos de frango	Filé de frango ao molho de champignon/ Iscas de carne ao vinagrete	Fricassê de frango/ Filé de peixe grelhado
	Guarnição	Creme de espinafre/ Milho refogado	Batata assada/ Escarola	Abóbora rústica/ Virado de repolho	Macarrão na manteiga/ Couve-flor gratinada	Mandioquinha salteada/ Brócolis ao alho
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa	Mamão	Abacaxi	Maçã/Bolo brigadeiro	Laranja	Melancia
	Suco	Suco polpa de limão	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de uva	Suco polpa de acerola
Almoço Contraturno Infantil, Fund. I e Fund. II	Salada	Alface/ Pepino/ Beterraba cozida	Alface/ Tomate/ Acelga com cenoura e laranja	Alface/ Tabule/ Maionese	Alface/ Chuchu com ovos/ Grão-de-bico	Alface/ Tomate/ Lentilha
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral
	Prato principal	Torta Madalena/ Iscas de peixe à dorê	Iscas de frango gratinadas/ Cubos de carne ao molho roty	Lascas de lombo suíno ao molho mostarda/ Cubos de frango	Tiras de frango ao molho de champignon/ Iscas de carne ao vinagrete	Fricassê de frango/ Filezinho de peixe grelhado
	Guarnição	Creme de espinafre/ Milho refogado	Batata assada/ Escarola	Abóbora rústica/ Virado de repolho	Macarrão na manteiga/ Couve-flor gratinada	Mandioquinha salteada/ Brócolis ao alho
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete
	Sobremesa	Mamão	Abacaxi	Maçã/Bolo brigadeiro	Laranja	Melancia
	Suco	Suco polpa de limão	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de uva	Suco polpa de acerola
Lanche (manhã)		Laranja	Manga	Banana	Mamão	Uva
		Pão de queijo	Pão de leite com muçarela	Croissant	Pão francês com frios	Bolo
		Suco polpa de uva	Suco polpa de limão	Suco polpa de morango	Suco polpa de laranja	Suco polpa de caju
Lanche (tarde)		Melancia	Maçã	Abacaxi	Melão	Kiwi
		Bolo	Pão caseiro de frios	Empanada de carne	Pão doce caseiro	Pão de queijo
		Suco polpa de acerola	Suco polpa de maracujá	Suco polpa de laranja	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de limão

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

Cardápio semanal

2eat | ondina alimentação

		(28/09) segunda-feira	(29/09) terça-feira	(30/09) quarta-feira		
Almoço Avulso	Salada	Alface/ Vinagrete/ Batata bolinha	Alface/ Pepino/ Beterraba cozida	Alface/ Repolhete/ Cenoura		
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral		
	Prato principal	Toscana acebolada/ Filé de frango ao molho de alho poró	Frango assado/ Lasanha gratinada	Estrogonofe de frango/ Quiche de queijo		
	Guarnição	Couve/ Farofa	Repolho com bacon/ Cenoura com ervilha	Batata palha Brócolis c/ couve-flor		
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete		
	Sobremesa	Abacaxi	Laranja	Manga/ Torteleta de limão		
	Suco	Suco polpa de morango	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de abacaxi		
Almoço Contraturno Infantil, Fund. I e Fund. II	Salada	Alface/ Vinagrete/ Batata bolinha	Alface/ Pepino/ Beterraba cozida	Alface/ Repolhete/ Cenoura		
	Prato base	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral	Arroz / Feijão Arroz integral		
	Prato principal	Tiras de toscana acebolada/ Iscas de frango ao molho de alho poró	Lascas de frango assado/ Lasanha gratinada	Estrogonofe de frango/ Quiche de queijo		
	Guarnição	Couve/ Farofa	Repolho com bacon/ Cenoura com ervilha	Batata palha Brócolis c/ couve-flor		
	Opção a escolher	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete	Ovo frito/ mexido/ Omelete		
	Sobremesa	Abacaxi	Laranja	Manga/ Torteleta de limão		
	Suco	Suco polpa de morango	Suco polpa de goiaba	Suco polpa de abacaxi		
Lanche (manhã)		Banana	Mamão	Melancia		
		Panqueca americana com mel	Pão de queijo	Pão de leite com muçarela		
		Suco polpa de morango	Suco polpa de limão	Suco polpa de caju		
Lanche (tarde)		Manga	Maçã	Melancia		
		Pão francês com frios	Cookie	Esfiha		
		Suco polpa de abacaxi	Suco polpa de uva	Suco polpa de morango		