

COLÉGIO NOSSA SENHORA DE SION – FEVEREIRO/2024

2ª FEIRA – 05/02	3ª FEIRA – 06/02	4ª FEIRA – 07/02	5ª FEIRA – 08/02	6ª FEIRA – 09/02
ARROZ, FEIJÃO ARROZ INTEGRAL BIFE ACEBOLADO CENOURA EM RODELAS COM ORÉGANO; SALADA DE ALFACE CRESPA; SALADA DE TOMATE; LARANJA	ARROZ, FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA BOLINHO DE ESPINAFRE SALADA DE BETERRABA COZIDA SALADA DE REPOLHO BANANA	ARROZ, FEIJÃO MADALENA COM CARNE MOÍDA; COUVE REFOGADA SALADA DE RABANETE SALADA DE CENOURA RALADA; ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO FRANGO AO MOLHO ROTTY NHOQUE SALADA DE RÚCULA SALADA DE VAGEM PICOLÉ DE FRUTAS	ARROZ, FEIJÃO ARROZ INTEGRAL; CARNE DE PANELA; CHUCHU COM MILHO REFOGADOS; SALADA DE ACELGA; SALADA DE CEBOLA COM MOLHO DE SOJA; MELANCIA
RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	ARROZ, FEIJÃO ARROZ INTEGRAL ALMONDEGAS COM MOLHO DE TOMATE; MACARRÃO ESPAGUETE; SALADA DE REPOLHO ROXO; SALADA DE ALFACE LISA; MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO PEIXE GRELHADO BRÓCOLIS NO VAPOR SALADA DE TOMATE SALADA DE BROTO DE FEIJÃO MANGA
2ª FEIRA – 19/02	3ª FEIRA – 20/02	4ª FEIRA – 21/02	5ª FEIRA – 22/02	6ª FEIRA – 23/02
ARROZ, FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO BATATA PALHA SALADA DE ALFACE ROXA SALADA DE RABANETE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO ARROZ INTEGRAL QUIBE ASSADO MILHO REFOGADO COM ERVAS; SALADA DE TABULE SALADA DE BRÓCOLIS CREME DE CACAU	ARROZ, FEIJÃO TIRAS DE CARNE COM CENOURA E ERVILHAS COUVE-FLOR NO FORNO SALADA DE BETERRABA RALADA; SALADA DE ESCAROLA; BANANA	ARROZ, FEIJÃO PEITO DE FRANGO NA MOSTARDA FAROFA DE LEGUMES SALADA DE GRÃO DE BICO SALADA DE TOMATE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO ARROZ INTEGRAL PEIXE NA CHAPA BATATA DOCE ASSADA SALADA DE RÚCULA SALADA DE CHUCHU ABACAXI
2ª FEIRA – 26/02	3ª FEIRA – 27/02	4ª FEIRA – 28/02	5ª FEIRA – 29/02	6ª FEIRA – 03/01
ARROZ, FEIJÃO FRANGO AO MOLHO POMODORO COM MANJERICÃO; POLENTA CREMOSA; SALADA DE PEPINO; SALADA DE ACELGA MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO LASANHA À BOLONHESA BRÓCOLIS AO ALHO SALADA DE TOMATE SALADA DE TRIGO EM GRÃOS; MANGA	ARROZ, FEIJÃO ARROZ INTEGRAL BIFE GRELHADO; BATATA RÚSTICA CORADA COM ALECRIM; SALADA DE MILHO COM ERVILHA; SALADA DE COUVE-FLOR; SAGU DE UVA	ARROZ, FEIJÃO FRANGO ASSADO REPOLHO REFOGADO COM AÇAFRÃO; SALADA DE RÚCULA; SALADA DE CENOURA COZIDA MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO ARROZ INTEGRAL PEIXE NO FUBÁ VAGEM SAUTTÊ SALADA DE ALFACE AMERICANA; SALADA DE TOMATE CEREJA; LARANJA

OBSERVAÇÃO: TODO O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÃO. EVENTUAL MODIFICAÇÃO NÃO COMPROMETERÁ O VALOR NUTRICIONAL DA REFEIÇÃO.

THATIELLY SCHWARZBACH GARCIA - NUTRICIONISTA CRN 8 1705

* TODOS OS DIAS, DISPONÍVEL FAROFA PROTEICA E OVOS MEXIDOS

Cardápio – FEVEREIRO/2024



A ÁRVORE (GEN 2, 8-10)

“DEUS FEZ CRESCER DO SOLO TODA
ESPÉCIE DE ÁRVORES FORMOSAS DE VER
E BOAS DE COMER E A ÁRVORE
DA VIDA NO MEIO DO JARDIM E
A ÁRVORE DO CONHECIMENTO
DO BEM E DO MAL”.

