

COLÉGIO NOSSA SENHORA DE SION – MARÇO/2025

2ª FEIRA - 03/03	3ª FEIRA - 04/03	4ª FEIRA - 05/03	5ª FEIRA - 06/03	6ª FEIRA - 07/03
RECESSO	FERIADO	RECESSO	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA PALHA, ABOBRINHA, ALFACE CRESPA E COUVE-FLOR, BANANA	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE À MILANESA, PURÊ DE BATATA, CENOURA RALADA E RÚCULA, MOUSSE DE ABACATE COM BANANA
2ª FEIRA - 10/03	3ª FEIRA - 11/03	4ª FEIRA - 12/03	5ª FEIRA - 13/03	6ª FEIRA - 14/03
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO PARAFUSO, ABÓBORA CABOTIÁ, BETERRABA COZIDA E TOMATE, MELANCIA	ARROZ INTEGRAL COM MILHO E ERVILHA, ARROZ, FEIJÃO, FRANGO GRELHADO, REPOLHO REFOGADO, AGRIÃO, SALADA DE CEBOLA, BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, BOLINHO DE ARROZ, CENOURA REFOGADA, MIX DE REPOLHOS, LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, PANQUECA DE CARNE COM MOLHO DE TOMATE, BRÓCOLIS, TOMATE COM ORÉGANO E ALFACE AMERICANA, ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE AO MOLHO, BATATA RÚSTICA, BETERRABA E ABOBRINHA RALADAS, PICOLÉ DE FRUTAS
2ª FEIRA - 17/03	3ª FEIRA - 18/03	4ª FEIRA - 19/03	5ª FEIRA - 20/03	6ª FEIRA - 21/03
ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA PALHA, ALFACE E PEPINO, PÊRA	ARROZ, FEIJÃO, SPAGUETTI, POLPETTONE CASEIRO AO MOLHO SUGO, ACELGA REFOGADA, CHUCHU REFOGADO E TOMATE, MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO À MILANESA, VAGEM REFOGADA, RÚCULA E TOMATE, MOUSSE DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO, FEIJOADA, COUVE REFOGADA, FAROFA DE BANANA, ALFACE, VINAGRETE, MORANGO	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE À MILANESA, BRÓCOLIS REFOGADO, FAROFA, TOMATE E CENOURA COZIDA, BANANA
2ª FEIRA - 24/03	3ª FEIRA - 25/03	4ª FEIRA - 26/03	5ª FEIRA - 27/03	6ª FEIRA - 28/03
ARROZ, FEIJÃO, BIFE ACEBOLADO, TORTA NAPOLITANA, CHUCHU REFOGADO, ALFACE E PEPINO, MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, NHOQUE AO SUGO, SOBRECOXA ASSADA, FAROFA COM FARINHA DE MILHO, BETERRABA COZIDA, CENOURA RALADA, PICOLÉ	ARROZ, FEIJÃO, ARROZ COM LENTILHA, KIBE ASSADO, BERINJELA, TABULE E GRÃO DE BICO, LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, LASANHA DE QUEIJO, BRÓCOLIS, MIX DE REPOLHO, MANGA	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE AO MOLHO, COUVE-FLOR GRATINADA COM QUEIJO, ALFACE E TOMATE, GELATINA COM ABACAXI

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

MARIANA AMABILE WAIDEMAN - NUTRICIONISTA/CRN 8 4188

* TODOS OS DIAS, DISPONÍVEL FAROFA PROTEICA E OVOS COZIDOS OU MEXIDOS

Cardápio – MARÇO/2025

MARÇO

DIÁLOGO COM A FAMÍLIA

“Toda vida verdadeira é encontro.”

- Buber apud Watson

