



COLÉGIO GENTE INOCENTE

CARDÁPIO ALMOÇO - NOVEMBRO de 2022

| 1ª Semana | | | | |
|-----------|----|-------------------------|----------------------|-----------|
| Dia | | Proteína | Guarnição | Sobremesa |
| Terça | 01 | Frango ao Molho | Farofa Crocante | Gelatina |
| Quinta | 03 | Carne Assada | Macarrão ao Sugo | Doce |
| Sexta | 04 | Almôndegas ao Sugo | Batata corada | Fruta |
| 2ª Semana | | | | |
| Dia | | Proteína | Guarnição | Sobremesa |
| Segunda | 07 | Bife Acebolado | Macarrão Alho e Óleo | Fruta |
| Terça | 08 | Pernil ao Vinagrete | Batata Assada | Pudim |
| Quarta | 09 | Feijoada | Virado de Couve | Fruta |
| Quinta | 10 | Sobrecosta ao Molho | Macarrão Alho e Óleo | Doce |
| Sexta | 11 | Panqueca de Frango | Cenoura Saute | Fruta |
| 3ª Semana | | | | |
| Dia | | Proteína | Guarnição | Sobremesa |
| Quarta | 16 | Calabresa com Ovo Frito | Farofa | Fruta |
| Quinta | 17 | Frango ao Molho | Macarrão Alho e Óleo | Doce |
| Sexta | 18 | Costela | Mandioca | Fruta |
| 4ª Semana | | | | |
| Dia | | Proteína | Guarnição | Sobremesa |
| Segunda | 21 | Carne Assada | Macarrão ao Sugo | Fruta |
| Terça | 22 | Lasanha a Bolonhesa | Farofa Crocante | Flan |
| Quarta | 23 | Feijoada | Virado de Couve | Fruta |
| Quinta | 24 | Hambúrguer | Macarrão ao Sugo | Doce |
| Sexta | 25 | Frango Assado | Legumes Saute | Fruta |
| 5ª Semana | | | | |
| Segunda | 28 | Bife de Panela | Farofa Crocante | Fruta |
| Terça | 29 | Almôndegas | Macarrão Alho e Óleo | Mousse |
| Quarta | 30 | Filé de Frango a rolê | Polenta em Corte | Fruta |

Obs. No almoço, diariamente serão oferecidos Arroz, Feijão e Salada Fria.