Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

NAPOLES Fast Food

Cardápio

Data: 1º e 2/6

Quinta-feira
(1º/6)
Almoço

Entrada
Rúcula
Tomate
Cenoura ralada
Couve-flor com azeitona

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Strogonoff de carne
Filé de frango grelhado
Batata Chips
Escarola refogada com alho frito

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Melão

Lanche
Pão francês com requeijão
Rosquinha integral
Banana

Sexta-feira
(2/6)
Almoço

Entrada
Alface lisa
Tomate cereja
Cenoura ralada
Pepino japonês com salsa

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Hambúrguer caseiro
Sobrecoxa de frango
ao molho de tomate
Polenta cremosa
Legumes no vapor

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Melancia

Lanche
Minipão de leite com
manteiga
Bolo de cenoura
Maçã

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

NAPOLES Fast Food

Cardápio

Data: 5 a 7/6

Segunda-feira
(5/6)
Almoço

Entrada
Alface crespa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Brócolis com alho

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Bife com molho rotty
Panqueca de frango
Repolho refogado
Parafuso com azeite
e cheiro verde

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Maçã

Lanche
Bolacha de água e sal com
geleia de fruta
Minipão de queijo
Melão

Terça-feira
(6/6)
Almoço

Entrada
Alface lisa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Chuchu mimosa

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Almôndega de carne
Filé de frango com cebola
Creme de milho
Abobrinha sautê

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Sagu

Lanche
Pão de fôrma com patê de
azeitona
Biscoito de polvilho
Melancia

Quarta-feira
(7/6)
Almoço

Entrada
Alface roxa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Ovo cozido

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Filé de merluza à milanesa
Isca de frango com
pimentão e tomate
Batata rústica
Acelga no alho e azeitona preta

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Abacaxi

Lanche
Tostex com queijo
Biscoito de maisena
Mamão

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

NAPOLES Fast Food

Cardápio

Data: 12 a 16/6

Segunda-feira
(12/6)
Almoço

Entrada
Alface crespa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Vagem com gergelim

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Linguiça acebolada
Rolê de frango com molho de tomate
Virado de acelga
Batata bolinha com casca no forno

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Melão

Lanche
Bisnaguinha de cenoura com queijo branco
Pipoca
Maçã

Terça-feira
(13/6)
Almoço

Entrada
Alface crespa
Tomate cereja com cogumelo
Cenoura ralada

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Carne moída com cenoura picada
Filé de frango grelhado
Purê de batata
Brócolis com alho frito

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Doce de abóbora

Lanche
Pão de fôrma integral com muçarela
Rosquinha de nata
Banana

Quarta-feira
(14/6)
Almoço

Entrada
Rúcula
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Maionese

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão preto
Feijoada light
Ovo mexido
Couve refogada
Farofa

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Laranja

Lanche
Pão de queijo
Bolacha de leite
Melão

Quinta-feira
(15/6)
Almoço

Entrada
Alface roxa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Ovo cozido

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Panqueca de carne
Sobrecoxa ensopada
Bolinho de arroz
Repolho liso refogado

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Banana

Lanche
Pão francês com requeijão
Bolacha de polvilho
Salada de Fruta

Sexta-feira
(16/6)
Almoço

Entrada
Alface crespa
Tomate Fatiado
Cenoura ralada
Pepino à vinagrete

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Bife ao molho de mostarda
Torta de frango
Capeletti de queijo ao sugo
Abobrinha no forno

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Melancia

Lanche
Pão de fôrma artesano com manteiga
Ovo mexido
Mamão

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

NAPOLES Fast Food

Cardápio

Data: 19 a 23/6

Segunda-feira
(19/6)
Almoço

Entrada
Alface crespa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Salada de batata

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Escondidinho de carne
Filé de frango com ervas
Cenoura no vapor
Farofa crocante

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Maçã

Lanche
Pão francês com manteiga
Dadinho
Melão

Terça-feira
(20/6)
Almoço

Entrada
Repolho liso
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Salpicão de frango

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Carne assada com
molho madeira
Omelete de forno
Legumes na manteiga
Penne ao sugo

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Banana

Lanche
Pão de leite com queijo
prato
Biscoito de polvilho
Mamão

Quarta-feira
(21/6)
Almoço

Entrada
Alface lisa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Grão-de-bico

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Escalope com
molho de cogumelo
Isca de frango com milho verde
Batata palito
Creme de espinafre

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Gelatina

Lanche
Bisnaguinha com
requeijão
Pipoca
Salada de fruta

Quinta-feira
(22/6)
Almoço

Entrada
Alface roxa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Berinjela à vinagrete

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Filé de peixe com
molho de tomate
Torta de carne
Suflê de cenoura
Batata no forno

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Melão

Lanche
Pão de fôrma pizzaiolo
Bolacha aveia e banana
Melancia

Sexta-feira
(23/6)
Almoço

Entrada
Festa Junina
Alface crespa/Tomate
Curau
Milho verde cozido

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Caldo de Feijão
Misto de carne
(carne bovina, frango e linguiça)
Ovo Frito
Cuscuz
Pastel de queijo

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Doces típicos

Lanche
Mini pão de queijo
Bolo de fubá
Banana

Colégio Maria Imaculada
REDE CONCEPCIONISTA DE ENSINO

NAPOLES Fast Food

Cardápio

Data: 26 a 30/6

Segunda-feira
(26/6)

Almoço

Entrada
Alface crespa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Chuchu com salsa

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão preto
Filé suíno grelhado
com molho de limão
Frango assado
Vagem com alho
Virado de brócolis

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Laranja

Lanche
Bisnaguinha integral com
queijo
Bolacha de leite
Salada de fruta

Terça-feira
(27/6)

Almoço

Entrada
Alface roxa e lisa
Tomate fatiado
Cenoura ralada com
semente de abóbora

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Abobrinha recheada
com carne moída
Filé de frango grelhado
Batata palha
Repolho refogado

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Melão

Lanche
Pão de fôrma com patê de
frango
Rosquinha de coco
Maçã

Quarta-feira
(28/6)

Almoço

Entrada
Rúcula
Tomate cereja e manga
Cenoura ralada
Pepino com molho de
iogurte, mel e mostarda

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Bife acebolado
Isca de frango com cebolinha
Quiabo refogado
Mini batata com casca no forno

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Melancia

Lanche
Minipão de leite com
geleia de fruta
Polenguinho
Banana

Quinta-feira
(29/6)

Almoço

Entrada
Alface crespa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Maionese

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Carne em cubos com tomate
Panqueca de frango
Milho verde com cebola
Escarola com alho frito

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Banana

Lanche
Pão francês com requeijão
Biscoito com granola
Abacaxi

Sexta-feira
(30/6)

Almoço

Entrada
Alface lisa
Tomate fatiado
Cenoura ralada
Vagem

Prato principal
Arroz branco
Arroz integral
Feijão carioca
Bife grelhado
Ovo cozido
Nhoque ao sugo
Couve refogada

suco
De fruta
Água aromatizada

Sobremesa
Gelatina

Lanche
Pão de fôrma integral com
manteiga
Bolacha de maisena
Melão