



Colégio Silva de Abreu

CARDÁPIO HORARIO INTEGRAL Agosto – 2026

03/08	04/08	05/08	06/08	07/08
- Refresco Maracujá - Pão na chapa - Omelete de legumes - Salada de couve-flor - Ovos mexidos - Salada Beterraba ralada	- Suco de Laranja - Pipoca caseira - Macarronada à bolonhesa - Salada de cenoura - Carne moída - Salada de brócolis	- Leite morno com cacau em pó - Bolinho chuva de banana - Sopa de ervilha com frango desfiado e cubos de batata - Frango em cubos - Salada de milho	- Limonada suíça - Pão de queijo - Carne em cubos - Batatas coradas - Carne desfiada - Salada de inhame	- Refresco de uva - Biscoito amanteigado caseiro - Filé de peixe ensopado - Salada de repolho fininho - Filé de peixe desfiado - Pirão de peixe
10/08	11/08	12/08	13/08	14/08
- Refresco de Maracujá com manga - Pão francês com muçarela - Ovos cozidos - Purê de batatas - Ovos mexidos - Salada de ervilha	- Limonada - Bolo caseiro abobrinha - Mini hambúrguer caseiro com legumes ralado - Macarronada e salada de beterraba ralada - Carne moída - Espaguete alho e azeite	- Refresco de laranja - Milho cozido - Estrogonofe de frango - Batata sauté - Frango desfiado - Salada de inhame	- Leite quente com cacau - Torrada caseira - Pernil assado - Salada de maionese tradicional - Carne suína desfiada - Creme de milho	- Refresco de abacaxi - Brioche com queijo cremoso - Filé de Peixe empanado - Polenta mole - Filé de peixe desfiado - Salada de milho
17/08	18/08	19/08	20/08	21/08
- Leite batido com achocolatado - Pão Francês na chapa - Ovos mexidos - Salada de brócolis - Ovos cozidos	- Limonada - Bolo caseiro de fubá c/ coco - Almôndegas com molho vermelho - Salada de couve-flor e ervilha	- Refresco de Maracujá - Coxinha caseira de frango - Isca de frango empanado - Purê de abóbora	- Refresco de abacaxi - Pipoca caseira - Sopa de carne e legumes ralado massa de letrinhas	- Limonada tradicional - Pastel de carne - Filé de peixe grelhado - Purê de batatas - Filé de peixe desfiado



Colégio Silva de Abreu

CARDÁPIO HORARIO INTEGRAL Agosto – 2026

- Salada de tomate	- Bolinho de carne massa de inhame e batata - Salada de chuchu	- Canja de galinha com legumes	- Canja de galinha com legumes ralado	- Salada de ervilha
24/08	25/08	26/08	27/08	29/08
- Refresco maracujá - Pipoca caseira - Ovos mexidos - Salada de brócolis - Ovos cozidos - Salada cenoura	- Suco de laranja - Bolo caseiro de chocolate - Massa curta molho vermelho com mussarela em cubos - Salada de macarrão - ovos cozidos	- Refresco de maracujá - Pão brioche com manteiga - Frango em cubos - Farofa de cenoura - Frango desfiado - Salada de abobrinha ralada	- Limonada clássica - Quibe caseiro - Lombo assado - Polenta mole - Carne suína desfiada - Salada de batata baroa	- Leite batido com cacau em pó - Torrada caseira - Filé de peixe assado - Salada de repolho - Omelete de peixe - Salada de ervilha
31/08	Fique atento	Oferecemos água nos intervalos	Molho vermelho caseiro	Sobremesa
- Suco de laranja - Pão com queijo cremoso - Omelete de forno - Salada brócolis - Ovos cozidos - Salada de milho e ervilha	Lei Municipal 7.987 11 de julho de 2023. Atenção ao que manda na lancheira, menos açúcar, sal e gordura.		Tomates /extrato de tomate /beterraba/ cenoura podendo variar com inhame e abóbora.	Fruta da estação / sacolé caseiro de frutas / refresco de frutas /gelatina caseira sem corante / mouse de frutas

Contato com a Nutricionista: Ana Cláudia Santos – CRN 4 15100209 ana.rsantos1022@gmail.com Tel:21 987503625
Acompanhamento diário: Arroz branco com caldo caseiro de legumes ou especiarias & Feijão c/ talos de hortaliças.
 # Bolos e purês não usamos leite. / Não usamos corantes artificiais.