



Colégio Notre Dame Brasília
Educação sem fronteiras!



COM
EMPATIA,
CONECTAMOS
CONHECIMENTOS
PARA TRANSFORMAR
vidas

Cardápio mensal (*) – Colégio Notre Dame (*) Este cardápio poderá sofrer alterações sem prévio aviso

(de 02 a 31 de agosto de 2021). Elaborado por Joyce Cortes Nutricionista – CRN 11651

REFEIÇÃO	02/08	03/08	04/08	05/08	06/08
Lanche da manhã	Cuscuz c/ ovo Suco de fruta Fruta	Misto quente no pão francês Suco de fruta Fruta	Pão c/ ovo Suco de fruta Fruta	Mini pão francês com presunto e queijo Suco de fruta Fruta	Bolo de laranja Chocolate quente Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão preto Carne c/ legumes Frango empanado Ovo cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Linguíça de frango Peito de frango no molho Purê de batata Salada crua Legume cozido Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Bife Frango grelhado farofa Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Isca de carne Filé de frango Farofa Salada crua/ legumes Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Carne assada Estrogonofe de frango Legumes Salada cura Suco de fruta gelatina
Lanche da tarde	Bisnaguinha com requeijão Suco de fruta Fruta	Torta de frango c/ legumes Suco de fruta Fruta	Bolo de formigueiro Suco de fruta Fruta	Tapioca c/ presunto e queijo Suco de fruta Fruta	Cachorro quente assado Suco de fruta Fruta



Colégio Notre Dame Brasília
Educação sem fronteiras!



COM **EMPATIA**,
CONECTAMOS
CONHECIMENTOS
PARA TRANSFORMAR
vidas

REFEIÇÃO	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08
Lanche da manhã	Tapioca com queijo Suco de fruta Fruta	Misto quente Suco de fruta Fruta	Bolo de cenoura Suco de fruta Fruta	Mine pão francês c/ presunto e queijo Suco de fruta Fruta	Pão de queijo Suco de fruta Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão preto Almondegas Frango com batata Farofa Legume cozido/ salada Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Bife Frango empanado Legume cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Carne de sol Frango ao molho Legume cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Carne de panela Filé de frango Purê de batata Salada crua Suco de fruta Gelatina	Arroz branco Feijão preto Coxinha de frango assada Picadinho c/legumes Salada crua Legume cozido Suco de fruta
Lanche da tarde	Queijo quente Suco de fruta Fruta	Bolo mesclado + pipoca Suco de fruta Fruta	Sanduíche natural de frango Suco de fruta Fruta	Mini pão francês com ovo Suco de fruta Fruta	Mine salgado assado Suco de fruta Fruta



Colégio Notre Dame Brasília
Educação sem fronteiras!



COM
EMPATIA,
CONECTAMOS
CONHECIMENTOS
PARA TRANSFORMAR
vidas

REFEIÇÃO	16/08	17/08	18/08	19/08	20/03
Lanche da manhã	Pão de queijo Suco de fruta Fruta	Queijo quente Suco de fruta Fruta	Peta Suco de fruta Fruta	Mine pães de queijo suco de fruta Fruta	Tapioca c/ presunto Suco de fruta Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Tirinhas de carne c/ molho Peito de frango empanado Macarrão ao alho e óleo Suco de fruta Salada crua Legume cozido	Arroz branco Feijão preto Coxa assada c/ batata Picadinho de carne Ovos mexidos Legumes cozidos Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Linguíça de frango assada File de peixe grelhado Farofa de ovo Legume cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Carne c/ mandioca Peito de frango empanado Macarrão colorido Legume cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Carne assada Peito de frango grelhado Purê de batata Suco de fruta Gelatina



Colégio Notre Dame Brasília
Educação sem fronteiras!



COM **EMPATIA**,
CONECTAMOS
CONHECIMENTOS
PARA TRANSFORMAR
vidas

Lanche da tarde	Bisnaguinhas c/ requeijão Suco de fruta Fruta	Bolo mesclado Suco de fruta Fruta	Pão c/ pate de frango Suco de fruta Fruta	Bolo de cenoura Suco de fruta Fruta	Pão de queijo Suco de fruta Fruta
-----------------	---	---	---	---	---



Colégio Notre Dame Brasília
Educação sem fronteiras!



COM **EMPATIA**,
CONECTAMOS
CONHECIMENTOS
PARA TRANSFORMAR
vidas

REFEIÇÃO	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08
Lanche da manhã	Brioche c/ presunto e queijo Suco de fruta Fruta	Bolo de cenoura Suco de fruta Fruta	Misto quente Suco de fruta Fruta	Pão de queijo Suco de fruta Fruta	Mini pão francês com ovo Suco de fruta Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Sobrecoxa assada Almondegas à milanesa Legumes cozidos Suco natural	Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne Peito de frango grelhado Macarrão Legumes cozidos Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Carne em cubinho Peito de frango à milanesa Farofa Legumes cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Bife Coxinha da aza assada Legume cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne cenoura Peito de frango Ovos Salada crua Legumes cozidos Suco de fruta Gelatina
Lanche da tarde	Pão de queijo Suco de fruta Fruta	Tapioca c/ queijo Suco de fruta Fruta	Cuscuz c/ ovo mexido Suco de fruta Fruta	Torrada Suco de fruta Fruta	Pão de batata c/ presunto e queijo Suco de fruta Fruta



Colégio Notre Dame Brasília
Educação sem fronteiras!



COM **EMPATIA**,
CONECTAMOS
CONHECIMENTOS
PARA TRANSFORMAR
vidas

REFEIÇÃO	30/08	31/08			
Lanche da manhã	Cuscuz c/ ovo Suco de fruta Fruta	Misto quente no pão francês Suco de fruta Fruta			
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Carne c/ legumes Peito de frango grelhado Ovo cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Espetinho de carne/ frango Purê de batata Salada crua Legume cozido Suco de fruta			
Lanche da tarde	Bisnaguinha com requeijão Suco de fruta Fruta	Torta de frango c/ legumes Suco de fruta Fruta			

(*) Este cardápio poderá sofrer alterações sem prévio aviso