



Colégio Notre Dame Brasília
Educação sem fronteiras!



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

Colégio Notre Dame Cardápio (de 01 a 30 de setembro de 2021)

* Este cardápio poderá sofrer alterações sem prévio aviso

Elaborado por Joyce Cortes
Nutricionista – CRN 11651

REFEIÇÃO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira 01/09	Quinta-feira 02/09	Sexta-feira 03/09
Lanche da manhã			Pão francês com ovo Suco de fruta Fruta	Tapioca Suco de fruta Fruta	Peta Suco de fruta Fruta
Almoço			Arroz branco Feijão preto Carne c/ legumes Peito de frango grelhado Ovo cozido Salada crua Suco de fruta Gelatina	Arroz branco Feijão preto File de frango empanado Almondegas Purê de batata Salada crua Legume Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Espetinho de carne Espetinho de frango legumes Salada crua Suco de fruta

Lanche da tarde			Bisnaguinha com requeijão Suco de fruta Fruta	Torta de frango c/ legumes Suco de fruta Fruta	Bolo de laranja Suco de fruta Fruta

REFEIÇÃO	Segunda-feira 06/09	Terça-feira 07/09	Quarta-feira 08/09	Quinta-feira 09/09	Sexta-feira 10/09
Lanche da manhã	Torrada Suco de fruta Fruta	FERIADO	Tapioca com queijo Chocolate quente Fruta	Misto frio Suco de fruta Fruta	Bolo de cenoura Suco de fruta Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão preto Isca de carne Filé de frango Farofa Salada crua/ Purê de abóbora Suco de fruta	FERIADO	Arroz branco Feijão preto Almondegas Frango com batata Farofa Legume cozido/ salada Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Bife Frango xadrez Legume cozido Salada crua Suco de fruta Gelatina	Arroz branco Feijão preto Quibe de carne Frango ao molho Legume cozido Salada crua Suco de fruta
Lanche da tarde	Sanduche natural Suco de fruta Fruta	FERIADO	Queijo quente Suco de fruta Fruta	Bolo mesclado pipoca Suco de fruta Fruta	Cachorro quente Suco de fruta Fruta

REFEIÇÃO	Segunda-feira 13/09	Terça-feira 14/09	Quarta-feira 15/09	Quinta-feira 16/09	Sexta-feira 17/09
Lanche da manhã	Mine pão frances c/ presunto e queijo Suco de fruta Fruta	Pão de queijo Suco de fruta Fruta	Pão de queijo Suco de fruto Fruta	Queijo quente Suco de fruta Fruta	Cuzcuz c/ ovo Suco de fruta Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Carne moída Estrogonofe 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	Arroz branco Feijão preto Tirinhas de carne c/ molho Peito de frango empanado Suco de fruta Salada crua Legume cozido	Arroz branco Feijão preto Carne moída Coxa assada c/ batata Ovos mexidos Legumes cozidos Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Linguça de frango Estrogonofe de carne Farofa de ovo Legume cozido Salada crua Suco de fruta
Lanche da tarde	Mini pão francês com ovo Suco de fruta Fruta	Mine salgado assado Suco de fruta Fruta	Torta de frango Suco de fruta Fruta	Pão com patê de frango Suco de fruta Fruta	Peta + torrada suco de furta Fruta

REFEIÇÃO	Segunda-feira 20/09	Terça-feira 21/09	Quarta-feira 22/09	Quinta-feira 23/09	Sexta-feira 24/09
Lanche da manhã	Peta suco de fruta Fruta	Taioca c/ presunto Suco de fruta Fruta	Pão frances presunto e queijo Suco de fruta Fruta	Peta Suco de fruta Fruta	Misto quente Suco de fruta Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão preto Carne c/ mandioca Peito de frango empanado Macarrão colorido Legume cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto peixe Peito de frango grelhado Purê de batata Suco de fruta Fruta	Arroz branco Feijão carioca Sobrecoxa assada Almondegas à milanesa Legumes cozidos Suco natural Gelatina	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 Linguixa de frango assada Farofa Legumes cozido Salada crua Suco de fruta
Lanche da tarde	Bolo de cenoura Suco de fruta Fruta	Bolo de milho Suco de fruta Fruta	Pão de queijo Suco de fruta Fruta	Tapioca c/ queijo Chocolate quente Fruta	Cuscuz c/ ovo mexido Suco de fruta Fruta

REFEIÇÃO	Segunda-feira 27/09	Terça-feira 28/09	Quarta-feira 29/09	Quinta-feira 30/09	
Lanche da manhã	Bolo de cenoura Suco de fruta Fruta	Mini pão francês com ovo Suco de fruta Fruta	Cuscuz c/ ovo Suco de fruta Fruta	Misto quente no pão frances Suco de fruta Fruta	
Almoço	Arroz branco Feijão preto Bife acebolado Coxinha da asa assada Legume cozido Salada crua Suco de fruta	Arroz branco Feijão carioca Músculo c/ cenoura Peito de frango Ovos Salada crua Legumes cozidos Suco de fruta	Arroz branco Feijão preto Carne c/ legumes Peito de frango empanado Ovo cozido Salada crua Suco de fruta Gelatina	Arroz branco Feijão preto Linguiça toscana de frango Carne no molho Purê de batata Salada crua Legume cozido Suco de fruta	
Lanche da tarde	Torrada Suco de fruta Fruta	Pão de batata c/ presunto e queijo Suco de fruta Fruta	Bolo de laranja Suco de fruta Fruta	Torta de frango c/ legumes Suco de fruta Fruta	