

BUFFET E CANTINA RGL
ABRIL 2017 - COLÉGIO ANDREWS

DIA	ALMOÇO	SOBREMESA	LANCHE DA TARDE
3	Picadinho de carne, farofa com couve, arroz, feijão preto	Mix de frutas	Pizza e suco de uva
4	Iscas de frango, penne ao molho branco, rodela de cenoura, feijão preto	Doce de banana	Salada de frutas e iogurte
5	Filé mignon, torta de queijo, arroz, feijão preto	Frutas	Esfiha de carne e suco de maracujá
6	Strogonoff de frango, batata sauté, arroz, feijão carioquinha	Mousse de chocolate	Pãozinho com queijo e suco de laranja
7	Peixe ao molho de ervas, purê de inhame, arroz, feijão preto	Picolé	Bolo de cenoura e suco de caju
10	Espetinho de frango, abobrinha recheada com ricota, arroz, feijão preto	Doce de leite	Misto quente e suco de maracujá
11	Lasanha à bolonhesa, bertalha refogada, feijão preto	Frutas	Broinha com geléia e morango ao leite
12	Frango colorido, farofa com ovos, arroz, feijão preto	Surpresa de abacaxi	Pão de queijo e suco de laranja
13	Carne assada, purê de batata, arroz, feijão preto	Picolé	Bolo de chocolate e suco de uva
14	FERIADO	FERIADO	FERIADO
17	Nuggets caseiro, purê de legumes, arroz, feijão preto	Frutas	Pão de chapa e suco de maracujá
18	Quibe de forno, creme de espinafre, arroz, feijão preto	Palha italiana	Bolo de laranja e suco de uva
19	Frango assado, talharim na manteiga, vagem com orégano, feijão mulatinho	Picolé	Sanduiche de queijo minas e blanquet de peru e água de coco
20	Filé mignon, batata corada, arroz, feijão preto	Mix de frutas	Cereal e iogurte
21	FERIADO	FERIADO	FERIADO
24	Kafta, quibebe, arroz com lentilha, feijão preto	Doce de abóbora	Pão de queijo e suco de maracujá
25	Torta de frango com alho poró, brócolis refogado, arroz, feijão preto	Salada de frutas	Mini pão francês com requeijão e suco de uva
26	Almôndegas, espaguete ao sugo, beterraba cozida, feijão preto	Pavê de limão	Queijo quente e leite achocolatado
27	Fricassê de frango, legumes guisados, arroz, feijão preto	Frutas	Bolo formigueiro e suco de caju
28	Tirinhas de peixe no fubá, creme de milho, arroz, feijão preto	Picolé	Biscoito de polvilho e mate

Diariamente:

- *opção de proteína (frango, carne, peixe ou ovo)
- *arroz branco e arroz integral
- *frutas na sobremesa e no lanche
- *saladas

Ivy Taboada
 Nutricionista
 CRN 1110051

Nutricionista: Ivy Taboada Costa Gonçalves CRN: 1110051

OBS: o cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio.