

	Lanche da manhã* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada	Almoço** Diariamente: arroz, feijão e salada e fruta		Lanche da tarde* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Pão de queijo	Carne de panela	Batata doce	Cuscuz com ovo
Terça-feira	Bolo de cenoura	Estrogonofe de frango	Batata á dorê	Pão de queijo
Quarta-feira	Cuscuz com manteiga	Isca de carne acebolada	Refogado de chuchu	Mini pizza
Quinta-feira	Biscoitinho de queijo	Omelete de queijo e legumes	Ervilha refogada	Bolo de cenoura
Sexta-feira	Mini pão com frango	Almôndega ao sugo	Macarrão alho e óleo	Enroladinho de queijo

* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

**A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil * Diariamente: arroz, feijão e salada	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Escondidinho de abóbora com carne	Cenoura refogada
Terça-feira	Creme de milho verde com frango desfiado	-----
Quarta-feira	Arroz carreteiro	-----
Quinta-feira	Peixe grelhado	-----
Sexta-feira	Carne moída	Picadinho de batata

* O valor do jantar individual é de R\$ 20,00.

* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br

	Lanche da manhã* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada	Almoço** Diariamente: arroz, feijão e salada e fruta		Lanche da tarde* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Pão de queijo	Isca de carne acebolada	Abóbora cozida	Pastel de carne
Terça-feira	Bolo de banana com aveia	Coxinha da asa assada ao molho de laranja	Beterraba cozida	Torta de frango
Quarta-feira	Mini pizza	Cubinhos de carne suína à escabeche	Batata Rosti	Bolo de milho
Quinta-feira	Enroladinho de queijo	Lasanha de frango	Seleta de legumes (abobrinha, vagem e cenoura).	Pão de queijo
Sexta-feira	Pão com ovo	Carne moída ao sugo	Macarrão alho e óleo	Mini pizza

* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

**A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil * Diariamente: arroz, feijão e salada	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Carne moída	Refogado de cenoura
Terça-feira	Isca de frango	Purê de batata
Quarta-feira	Espaguete a bolonhesa	-----
Quinta-feira	Omelete de legumes	Chuchu refogado
Sexta-feira	Carne de panela	Purê de abóbora

* O valor do jantar individual é de R\$ 20,00.

* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br

O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra, local de compra, ou mesmo devido ao paladar coletivo dos alunos, mas sempre sobre orientação da nutricionista.

São realizadas modificações para as crianças com restrições alimentares.

Cardápio elaborado conforme Lei Nº 5.146, de 19/8/2013 e decreto Nº 36900 de 23/11/ 2015.

Nutricionista Josiane Rodrigues CRN1-5745

	Lanche da manhã* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada	Almoço** Diariamente: arroz, feijão e salada e fruta		Lanche da tarde* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Recesso escolar	Recesso escolar	Recesso escolar	Recesso escolar
Terça-feira	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
Quarta-feira	Recesso escolar	Recesso escolar	Recesso escolar	Recesso escolar
Quinta-feira	Cuscuz com ovo	Filé de peixe grelhado	Batata sauté	Bolo formigueiro
Sexta-feira	Crepioca de queijo	Carne ao molho de madeira	Seleto de legumes (Batata doce, chuchu, cenoura e brócolis)	Enroladinho de queijo

* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

**A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil * Diariamente: arroz, feijão e salada	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Recesso escolar	Recesso escolar
Terça-feira	Feriado	Feriado
Quarta-feira	Recesso escolar	Recesso escolar
Quinta-feira	Canja	-----
Sexta-feira	Escondidinho de carne	-----

* O valor do jantar individual é de R\$ 20,00.

* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br

O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra, local de compra, ou mesmo devido ao paladar coletivo dos alunos, mas sempre sobre orientação da nutricionista.

São realizadas modificações para as crianças com restrições alimentares.

Cardápio elaborado conforme Lei Nº 5.146, de 19/8/2013 e decreto Nº 36900 de 23/11/ 2015.

Nutricionista Josiane Rodrigues CRN1-5745

	Lanche da manhã* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada	Almoço** Diariamente: arroz, feijão e salada e fruta		Lanche da tarde* Diariamente: Suco de fruta da estação e fruta picada
		Prato Principal	Acompanhamentos	
Segunda-feira	Pão na chapa com queijo	Picadinho de carne com legumes	-----	Mini pastel de carne
Terça-feira	Bolo de cenoura	Frango Xadrez	Batata assada	Pão de queijo
Quarta-feira	Biscoitinho de queijo	Omelete de forno	Macarrão ao sugo	Sanduche natural
Quinta-feira	Tapioca com carne	Costelinha suína assada	Farofa de cebola	Bolo de beterraba
Sexta-feira	Sanduche natural	Feijoada ligt	Couve refolgado	Quibe assado

* Servimos diariamente 2 opções de frutas da estação e 1 suco natural nos lanches.

**A compra do almoço individual deve ser feita até às 10h do dia utilizado.

	Jantar Infantil * Diariamente: arroz, feijão e salada	
	Prato Principal	Acompanhamentos
Segunda-feira	Carne de panela	Legumes salteados no azeite(Batata, cenoura e brócolis)
Terça-feira	Filé de peixe grelhado	Purê de batata doce
Quarta-feira	Sopa de vegetais com carne	Macarrão
Quinta-feira	Estrogonofe de frango	Batata sauté
Sexta-feira	Carne moída	Purê de abobora.

* O valor do jantar individual é de R\$ 20,00.

* Para o plano mensal, entre em contato com a Tesouraria pelo e-mail: tesourariaclb-df@colegiologosofico.com.br

O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra, local de compra, ou mesmo devido ao paladar coletivo dos alunos, mas sempre sobre orientação da nutricionista.

São realizadas modificações para as crianças com restrições alimentares.

Cardápio elaborado conforme Lei Nº 5.146, de 19/8/2013 e decreto Nº 36900 de 23/11/ 2015.

Nutricionista Josiane Rodrigues CRN1-5745