



COLÉGIO ALTO PADRÃO – CARDÁPIO ALMOÇO – MAIO 2026

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
04/05 Omelete assado Batata e cenoura sauté Saladas Melancia	05/05 Bife a rolê Polenta mole Saladas Banana	06/05 Tiras de frango refogadas com cebola Brócolis no bafo Saladas Manga	07/05 Madalena de carne moída Repolho refogado Saladas Sagu de uva	08/05 Feijoada magra Farofa úmida de couve Saladas Laranja
11/05 Frango ao molho pomodoro Macarrão gravatinha Saladas Maçã	12/05 Bisteca na chapa Purê de batatas Saladas Abacaxi	13/05 Carne moída refogada Cenoura em rodela com orégano Saladas Gelatina de cereja	14/05 Fricassê de frango Abobrinha assada c/ queijo Saladas Caqui	15/05 Quibe assado (individuais) Bolinho de couve-flor Saladas Goiaba
18/05 Linguiça de pernil assada Quirera cremosa Saladas Laranja	19/05 Rondelli de frios com molho branco Brócolis refogado Saladas Canjica	20/05 Panqueca de carne moída Crótons de berinjela Saladas Maçã	21/05 Coxa e sobrecoxas assadas Seleta de legumes Saladas Abacaxi	22/05 Carne de panela ao molho pomodoro Macarrão talharim Saladas Manga
25/05 Estrogonofe de frango Batata palha Saladas Melancia	26/05 Pernil em cubos Abobrinha em cubinhos com tomate Saladas Banana	27/05 Bife de peito de frango com mostarda Farofa de Repolho Saladas Abacaxi	28/05 Lasanha à bolonhesa Acelga refogada com açafrão Saladas Laranja	29/05 Peixe empanado Chuchu refogado Saladas Banana

- ❖ Todos os dias são servidos 2 tipos de arroz (branco e integral).
- ❖ Feijão preto ou feijão branco, podendo ser intercalado com lentilha ou grão de bico
- ❖ As frutas poderão sofrer trocas devido sazonalidade
- ❖ Saladas opções: Folhosa, crua e cozida

Nutricionista: Thatielly S. Garcia – CRN8 - 1705