

# Cardápio de Refeições 2024



Escola  
**Pio XII**  
REDE ICM DE EDUCAÇÃO

## ❖ ALMOÇO

Segunda 26.02	Terça 27.02	Quarta- 28.02	Quinta- 29.02	Sexta – 01.03
				Arroz branco
				Feijão preto
				File de frango a parmesiana (somente queijo)
				Purê de Abóbora Salada de Alface com tomate
				<b>Bebida</b> Suco
				<b>Sobremesa</b> Fruta
Segunda 04.03	Terça 05.03	Quarta- 06.03	Quinta- 07.03	Sexta – 08.03
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco / Macarrão penne	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão Preto
Filé de frango grelhado	Strogonoff de carne	Isca de fígado/ frango	Carne assada com legumes	Carne moída com legumes
Legumes cozidos	Batata palha Salada alface Tomate e milho	Couve refogada Salada beterraba com Tomate	Salada verde	Purê de batata Salada Alface
<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco
<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Açaí	<b>Sobremesa</b> Fruta
Segunda 11.03	Terça- 12.03	Quarta- 13.03	Quinta- 14.03	Sexta – 15.03
Arroz branco	Arroz branco colorido (beterraba)	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto
Picadinho de Carne com espinafre	File de frango à milanesa	Gourjões de peixe	Frango em cubos	Churrasquinho misto (frango e carne)
Brócolis gratinado/ Salada Alface com tomate	Legumes cozidos	Salada de Alface e tomate / couve flor cozida	Abobrinha em chips Salada Verde com Tomate	Aipim Cozido Salada de Alface com tomate
<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco
<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta

Segunda 18.03	Terça- 19.03	Quarta – 20.03	Quinta – 21.03	Sexta 22.03
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco colorido (cenoura e milho)	Arroz branco	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto
Cubos de frango com agrião	Salpicão de cenoura ralada, milho e frango ( <b>SEM</b> maionese)	Bife à milanesa de carne	Hamburguinho caseiro	Bife de panela
Purê de inhame Salada de Alface e tomate	Batata palha Legumes cozidos	Farofa de ovo Salada de brócolis com tomate	Salada de Alface e beterraba ralada	Batatas coradas Salada Verde com tomate
<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco
<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Pudim de leite
Segunda 25.03	Terça- 26.03	Quarta – 27.03	Quinta – 28.03	Sexta 29.03
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco Macarrão espaguete ao molho branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão branco	Feijão preto	Feijão preto
Strogonoff de frango	Isca de frango	Panqueca de carne	File de Peixe à milanesa	Almôndegas de carne
Farofa de cenoura Batata palha	Salada de alface com tomate	Chips de batata doce Salada de alface com tomate	Salada Verde Brócolis e agrião	Salada Alface e tomate e milho
<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco	<b>Bebida</b> Suco
<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Açaí	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta	<b>Sobremesa</b> Fruta



## OBSERVAÇÕES GERAIS



- ★ As frutas serão oferecidas, de acordo com a safra;
- ★ **TODOS OS DIAS**, teremos frango grelhado, como segunda opção de proteína;
- ★ Todos os sucos oferecidos, serão da polpa de frutas;





04.03- Segunda-feira	05.03- Terça-feira	06.03 - Quarta-feira	07.03 – Quinta-feira	08.03- Sexta-feira
<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Pão integral com manteiga e queijo mussarela ; - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Iogurte natural com mel e granola e SUCO</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Pão francês na chapa com queijo minas; - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Bolo caseiro; - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO e Água de coco</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>-Sanduíche natural (<b>refeitório</b>) - FRUTAS</p> <p>Biscoito polvilho (salas) e torrada com requeijão; - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Iogurte natural com mel e granola e SUCO</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Bolo caseiro - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas</b> SUCO</p>
<p><b>TARDE</b></p> <p>-Bolo caseiro -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Água de coco natural e SUCO</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>- Salgado assado de forno -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO e Água de coco</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>- Pão integral com manteiga e queijo mussarela; <b>refeitório</b> - FRUTAS</p> <p>Pão Francês na chapa com mussarela; <i>salas</i> - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Iogurte natural com mel e granola e SUCO</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>- PÃO DE QUEIJO -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Leite Batido com banana e maçã SUCO</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>-Hambúrguer caseiro com mussarela -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Suco</p>

11.03- Segunda-feira	12.03- Terça-feira	13.03- Quarta-feira	14.03- Quinta-feira	15.03- Sexta-feira
<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Pão francês com queijo na chapa -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Iogurte natural com mel e granola e SUCO</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Bolo caseiro; - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO e Água de coco</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>-Pão integral na chapa com manteiga e queijo mussarela) - FRUTAS</p> <p>(refeitório e salas)</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO e Iogurte natural com mel e granola</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Pão integral com manteiga e queijo mussarela; <b>refeitório</b> - Pipoca salgada - FRUTAS</p> <p>-Pão Francês na chapa com queijo minas; <b>salas</b> - Biscoito de polvilho - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Iogurte natural com mel e granola e SUCO</p>	<p><b>MANHÃ</b> <b>COLAÇÃO</b></p> <p>- Pão de queijo -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO</p>
<p><b>TARDE</b></p> <p>-Salgado de forno esfiha de carne moída ou frango com mussarela; -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>-Pipoca salgada -Bolo caseiro -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>-Sanduíche natural (<b>refeitório</b>) - FRUTAS</p> <p>Biscoito polvilho e torrada com geleia; Pão francês com manteiga e queijo;(salas)</p> <p><b>Bebidas:</b> Iogurte natural com mel e granola e SUCO</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>-Bolo caseiro -Biscoito de Polvilho - FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> Água de coco e SUCO</p>	<p><b>TARDE</b></p> <p>- Pizza de mussarela com tomate; -FRUTAS</p> <p><b>Bebidas:</b> SUCO</p>

--	--	--	--	--