






































Colégio GGE Boa Viagem - Março/2020 - Almoço - Fundamental 1º ao 5º Ano

CARDÁPIO





























































INSTITUIÇÃO:	COLÉGIO GGE BOA VIAGEM	MÊS/ANO:	MARÇO/2020
REFEIÇÃO:	ALMOÇO	TURNO:	-
ENSINO/SÉRIE:	FUNDAMENTAL 1º AO 5º ANO	CONTATOS:	(81) 99977-9986 adm-bv@appetitegourmet.com.br

1ª SEMANA (02/03 à 06/03)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Suco de tangerina	Suco de maracujá	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de caju	06/03 Feriado DATA MAGNA DE PERNAMBUCO
Arroz com cenoura 	Arroz com brócolis 	Arroz com milho 	Arroz ao forno 	
Lasanha à bolonhesa  	Rotolone de queijo ao molho de tomate  	Macarronada  	Penne com frango cremoso  	
Feijão macassar 	Feijão mulatinho 	Feijão macassar 	Feijão mulatinho 	
Peixada 	Frango pizzaiolo 	Peixe à dorê ao forno 	Frango ao molho de mostarda 	
Estrogonofe de carne 	Coxa e sobrecoxa de frango ao forno 	Estrogonofe de frango 	Almôndegas de carne ao molho de tomate  	
Pirão de peixe 	Farofa de cuscuz temperada 	Batata palito ao forno 	Torta de vegetais com ricota 	
Purê de batata 	Purê de abóbora 	Purê de batata 	Purê de batata doce 	
Legumes cozidos	Vinagrete	Salada primavera (mix de alface, cenoura, beterraba, brócolis e couve-flor)	Salada caesar (mix de folhas, frango, queijo parmesão e croutons)  	
Manga	Uvas	Gelatina de cereja 	Mousse de maracujá 	





























































Colégio GGE Boa Viagem - Março/2020 - Almoço - Fundamental 1º ao 5º Ano

2ª SEMANA
(09/03 à 13/03)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Suco de cajá	Suco de goiaba	Suco de acerola	Suco de caju	Suco de maracujá
Arroz à grega sem presunto 	Arroz com brócolis 	Arroz à marguerita  	Arroz com vegetais 	Arroz com batata palha 
Macarronada   	Nhoque ao molho de tomate   	Macarrão parafuso colorido com brócolis e molho de queijo   	Lasanha à bolonhesa   	Espaguete na manteiga 
Feijão macassar 	Feijão mulatinho 	Feijão macassar refogado 	Feijão macassar 	Feijão preto 
Peixe ao forno com vegetais 	Creme de peixe 	Coxa e sobrecoxa ao forno 	Creme de frango com milho  	Frango grill / Filé grill 
Tiras de frango refogada com vegetais   	Hambúrguer caseiro 	Filé ao molho madeira 	Guisadinho de carne com batatas 	Peixe ao forno 
Batata palito ao forno 	Farofa dourada 	Batata rústica ao forno 	Pirão de carne 	Farofa de cuscuz com ovos  
Purê de batata  	Purê de inhame  	Purê de batata  	Purê de batata com alho e brócolis  	Purê de batata  
Legumes salteados (cenoura, chuchu, abobrinha e brócolis) 	Salada caprese (alface, tomate, queijo coalho com orégano) 	Torta de vegetais com ricota (cenoura, abobrinha, milho e brócolis)   	Salada primavera (alface, tomate, cenoura, beterraba, pimentão e uvas)	Salada Appetite (alface, tomate, cenoura, repolho e beterraba)
Uvas	Gelatina de morango 	Melancia	Mousse de batata doce com cacau 	Manga








































Colégio GGE Boa Viagem - Março/2020 - Almoço - Fundamental 1º ao 5º Ano

3ª SEMANA
(16/03 à 20/03)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Suco de maracujá	Suco de graviola	Suco de uva	Suco de cajá	Suco de manga
Arroz gratinado ao forno 	Arroz com brócolis 	Arroz com ervilha 	Arroz carreteiro 	Arroz com cenoura 
Penne ao molho branco com brócolis  	Ravioli de frango ao molho de tomate   	Lasanha à bolonhesa   	Rotolone de frango ao molho branco   	Espaguete na manteiga 
Feijão macassar 	Feijão mulatinho 	Feijão macassar 	Feijão mulatinho 	Feijão preto 
Peixe ao forno 	Creme de frango com ervilha  	Coxa e sobrecoxa ao forno 	Peixe à dorê ao forno 	Frango grill / Filé grill 
Almôndegas ao molho de tomate  	Tiras de peixe empanadas ao forno   	Estrogonofe de frango  	Frango aos quatro queijos  	Coxa e sobrecoxa ao forno 
Batatas palito ao forno 	Macaxeira crocante ao forno 	Batatas laminadas e gratinadas  	Farofa dourada 	Batata sauté 
Purê de batata  	Purê de abóbora  	Purê de batata  	Purê de batata doce com brócolis  	Purê de batata  
Salada colorida (alface, repolho, tomate, cenoura, beterraba e milho)	Couve-folha refogada e vinagrete 	Salada caprese (Alface, tomate, queijo com orégano e brócolis) 	Salada primavera (alface, cenoura, pepino, tomate, ervilha e milho)	Suflê de vegetais   
Melão	Uvas	Creme de limão 	Manga	Uvas























Colégio GGE Boa Viagem - Março/2020 - Almoço - Fundamental 1º ao 5º Ano

4ª SEMANA
(23/03 à 27/03)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Suco de uva	Suco de acerola	Suco de tangerina	Suco de graviola	Suco de cajá
Arroz verde e amarelo (ervilha e milho) 	Arroz chop suey sem presunto 	Arroz com brócolis 	Arroz com vegetais gratinado 	Arroz com cenoura 
Linguini à marguerita 	Lasanha à bolonhesa 	Panqueca de frango ao molho branco 	Macarronada 	Espaguete na manteiga 
Feijão macassar 	Feijão mulatinho 	Arrumadinho com carne de sol 	Feijão mulatinho 	Feijão preto 
Estrogonofe de frango 	Coxa e sobrecoxa de frango ao forno 	Tiras de peixe empanadas ao forno 	Peixe ao molho de tomate 	Frango grill / Filé grill 
Peixe ao forno com legumes 	Frango xadrez 	Bife gratinado com muçarela 	Escondidinho de frango 	Lasanha à bolonhesa 
Ovos mexidos 	Farofa dourada 	Batata palha 	Batata palito ao forno 	Batata doce rústica ao forno 
Purê de batata 	Purê de abóbora 	Purê de batata 	Purê de batata com brócolis 	Purê de batata 
Salada primavera (alface, tomate, cenoura, beterraba e brócolis)	Salada tropical (alface, repolho, tomate, cenoura e abacaxi)	Salada caesar vegetariana (alface, queijo parmesão e croutons) 	Legumes gratinados (cenoura, brócolis, couve-flor) 	Salada colorida (alface, tomate, cenoura, beterraba e milho)
Melão	Brigadeiro de cenoura 	Melancia	Manga	Cocadinha caseira de colher 





Colégio GGE Boa Viagem - Março/2020 - Almoço - Fundamental 1º ao 5º Ano

5ª SEMANA
(30/03 à 31/03)

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Suco de tangerina	Suco de acerola	ABRIL		
Arroz com brócolis 	Arroz carreteiro com carne de sol 			
Rotolone de frango ao molho rosê   	Lasanha de frango com pão de forma Lasanha à bolonhesa   			
Feijão mulatinho 	Feijão macassar 			
Frango pizzaiolo  	Coxa e sobrecoxa ao de frango ao forno 			
Guisadinho de carne com batatas 	Carne de sol à brejeira 			
Pirão de carne 	Farofa de cuscuz com ovos  			
Purê de batata  	Purê de macaxeira  			
Legumes cozidos	Salada verde (mix de folhas) e vinagrete			
Abacaxi	Melancia			

CARDÁPIO DIÁRIO: Frango grill, Filé grill, Espaguete na manteiga, Purê de batata, Ovos cozidos, Arroz branco, Feijão preto, Alface, tomate e cenoura.

Legenda:

-  = Contém corante natural ou corante artificial (observação: alunos com restrição será oferecido suco sem corante natural e/ou artificial)
-  = Contém leite e/ou derivados e/ou traços
-  = Contém ovo e/ou derivados e/ou traços
-  = Contém soja e/ou derivados e/ou traços