

Colégio João XXIII - Joãozinho Legal

Abril / 2026

			Quarta - 01	Quinta- 02	sexta – 03
Almoço			Arroz, feijão, panqueca de carne, brócolis ao vapor, salada de alface, tomate e cenoura ralada Fruta da estação	Arroz, feijão, carne assada, batata sorriso assada, seleta de legumes, salada de alface, tomate e milho Fruta da estação	Feriado
	segunda – 06	terça – 07	quarta – 08	quinta – 09	sexta – 10
Almoço	Arroz, feijão, frango grelhado, massa, molho rústico, brócolis refogado, salada de alface, tomate e beterraba ralada Fruta da estação	Arroz, lentilha/feijão, iscas aceboladas, omelete de legumes, salada de alface, tomate e pepino Fruta da estação	Arroz, feijão, carreteiro, batata doce, ovo cozido, salada de alface, tomate e repolho roxo Frutas da estação	Arroz, feijão, iscas de frango com molho de queijo (molho semparado), batata rústica, cenoura ao vapor, salada de alface, tomate e tabule Fruta da estação	Arroz, feijão, coxinha da asa crocante, polenta cremosa, couve refogada, salada de alface, tomate e coube chinesa Fruta da estação
	segunda – 13	terça – 14	quarta – 15	quinta – 16	sexta – 17
Almoço	Arroz, feijão, molho à bolonhesa, massa, jardineira de legumes, salada de alface, tomate e mix de repolho Fruta da estação	Arroz, feijão, frango com queijo, torta de legumes, salada de alface, tomate e portuguesa Fruta da estação	Arroz, lentilha/feijão, coxinha da asa crocante, bolinho de espinafre, salada de alface, tomate e milho Fruta da estação	Arroz, feijão, bife grelhado milho na manteiga salada de alface, tomate e agrião Fruta da estação	Arroz, feijão, almôndegas, massa, molho ao sugo (molho separado) abobrinha a pizzaiolo, salada de alface, tomate e rúcula Fruta da estação
	segunda – 20	terça – 21	quarta – 22	quinta – 23	sexta – 24
Almoço	X	Feriado	Arroz, feijão, sobrecoxa assada, polenta cremosa, brócolis ao vapor, salada de alface, tomate e milho Fruta da estação	Arroz, lentilha/feijão, carreteiro, moranga refogada com milho, salada de alface, tomate e repolho roxo Fruta da estação	Arroz, feijão, frango à pizzaiollo, batata sorriso salada de alface, tomate e pepino Frutas da estação
	segunda – 27	Terça - 28	Quarta- 29	Quinta - 30	
Almoço	Arroz, feijão, frango grelhado, massa, molho branco, vagem com ovo, salada de alface, tomate e mix de folhas verdes Fruta da estação	Arroz, feijão, carne assada, farofinha caseira, salada de alface, tomate e batata cozida Fruta da estação	Arroz, feijão, bife grelhado, batata corada, salada de alface, tomate e agrião	Arroz, feijão, coxinha da asa crocante, abobrinha à pizzaiollo, salada de alface, tomate e tabule	

Obs.:

- ✓ Esse cardápio está sujeito a alterações.
 - ✓ Jardineira de legumes: cenoura, chuchu, vagem e batata.
- * Neste dia, como opção, será oferecido bife na chapa.**

Livia Lessa Leães
Nutricionista – CRN 2 10861
Cantina AZ & Brasil

Responsável pela revisão
Joseane Ruschel Mancio
Nutricionista CRN 2 4510