Paulo's Cantina

seu apetite na medida certa

CARDÁPIO

MÊS DE NOVEMBRO

6º ano ao 3º ensino médio

16/11 a 20/11

	SEGUNDA-FEIRA 16/11	TERÇA-FEIRA 17/11	QUARTA-FEIRA 18/11	QUINTA-FEIRA 19/11	SEXTA-FEIRA 20/11
ALMOÇO	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Feijão preto • Farofa • Brócolis e Couve flor salteados • Milho refogado • Tiras bovinas com legumes • Coxa e sobrecoxa assada • Tomate • Alface • Vagem • Tabule • Beterraba ralada • Repolho roxo • Vinagrete • Suco natural	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Feijão preto • Batata corada • Cenoura refogada • Cupim de panela • Linguiça Toscana assada • Tomate • Alface • Beterraba cozida • Agrião • Almeirão • Pepino agridôce • Vinagrete • Suco natural	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Purê de mandioca salsa • Repolho refogado • Almôndegas ao sugo • Filé de frango grelhado • Nhoque ao molho bolonhesa • Tomate • Alface • Abobrinha refogada • Rabanete agridôce • Couve manteiga • Agrião • Vinagrete • Suco natural	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Batata palha • Mix de legumes • Strogonoff de frango • Bisteca suína grelhada • Tomate • Alface • Batata doce • Rúcula • Cenoura ralada • Acelga • Vinagrete • Suco natural	• Feriado dia da Consciência Negra

Paulo's Cantina

seu apetite na medida certa

CARDÁPIO

MÊS DE NOVEMBRO

Kinder ao 5º ano

16/11 a 20/11

	SEGUNDA-FEIRA 16/11	TERÇA-FEIRA 17/11	QUARTA-FEIRA 18/11	QUINTA-FEIRA 19/11	SEXTA-FEIRA 20/11
ALMOÇO	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Feijão preto • Brócolis e Couve flor salteados • Milho refogado • Tiras bovinas com legumes • Coxa e sobrecoxa assada • Tomate • Alface • Vagem • Tabule • Beterraba ralada • Repolho roxo • Vinagrete • Suco natural	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Feijão preto • Batata corada • Cenoura refogada • Cupim de panela • Linguiça Toscana assada • Tomate • Alface • Beterraba cozida • Agrião • Almeirão • Pepino agridôce • Vinagrete • Suco natural	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Purê de mandioca salsa • Repolho refogado • Almôndegas ao sugo • Filé de frango grelhado • Nhoque ao molho bolonhesa • Tomate • Alface • Abobrinha refogada • Rabanete agridôce • Couve manteiga • Agrião • Vinagrete • Suco natural	• Arroz branco • Arroz integral • Feijão • Batata palha • Mix de legumes • Strogonoff de frango • Bisteca suína grelhada • Tomate • Alface • Batata doce • Rúcula • Cenoura ralada • Acelga • Vinagrete • Suco natural	• Feriado dia da Consciência Negra

Paulo's Cantina

seu apetite na medida certa

CARDÁPIO PRATO KIDS

MÊS DE NOVEMBRO

1º ao 3º ano Fundamental

16/11 a 20/11

	SEGUNDA-FEIRA 16/11	TERÇA-FEIRA 17/11	QUARTA-FEIRA 18/11	QUINTA-FEIRA 19/11	SEXTA-FEIRA 20/11
ALMOÇO	• Arroz branco • Feijão • Brócolis e Couve flor salteados • Coxa e sobrecoxa assada • Tabule • Beterraba ralada • Suco natural • Média de 300g	• Arroz branco • Feijão • Cenoura refogada • Cupim de panela • Beterraba cozida • Agrião • Suco natural • Média de 300g	• Arroz branco • Feijão • Purê de mandioca salsa • Almôndegas ao sugo • Abobrinha refogada • Couve manteiga • Suco natural • Média de 300g	• Arroz branco • Feijão • Batata palha • Strogonoff de frango • Rúcula • Batata doce • Média de 300g	• Feriado dia da Consciência Negra

Obs: Não faremos alteração do prato kids