



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO OFICINA



Semana I: de 14 a 18 de julho de 2025					
Itens	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Legume Cru + Legume Cozido + Molho				
Arroz	Branco	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral c/Brócolis	Branco Integral c/Seleta	***
Feijão	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto	
Farofa	Farofa de Couve	Farofa de Couve	Farofa de Cebola	Farofa de Soja	
Guarnição	Purê de Batatas	Aipim Palito Assado	Ovos Mexidos	Pão de Alho	
	Massa Espaguete Alho e Óleo	Legumes Sauté (Cenoura e Brócolis)	Tomate Recheado c/Queijo e Orégano	Tropeiro	
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopado c/Batatas	Lasanha Bolonhesa	Empadão de Frango c/Cenoura e Catupiry	Cubos de Carne na Chapa c/Pimentão Colorido	
Opção Grelhada	Isca de Carne Grelhada c/Cenoura	Filé de Frango Grelhado c/Brócolis	Isca de Carne Grelhada c/Vagem	Cubos de Frango c/Cebola	

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO OFICINA



Semana II: de 21 a 25 de julho de 2025					
Itens	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + Legume Cru + Legume Cozido + Molho				
Arroz	Branco Integral c/Brócolis	Branco	Branco Integral c/Seleta	Branco	***
Feijão	Carioquinha	Preto	Carioquinha	Preto	
Farofa	Farofa de Ovos	Farofa de Cenoura	Farofa de Soja	Farofa de Cebola	
Guarnição	Quibe de Forno c/Cenoura e Catupiry	Massa Espaguete Alho e Óleo	Purê de Batatas	Massa espaguete Alho e Óleo	
	Batata Sauté	Quiche de Queijo c/Brócolis	Arrumadinho de Fradinho	Banana da Terra Assada	
Prato Principal	Panqueca de Carne c/Molho de Tomate	Estrogonofe de Frango c/Batata Palha	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	Almondegas de Carne c/Molho de Tomate	
Opção Grelhada	Isca de Frango Acebolado	Isca de Carne Grelhada c/Milho	Toscana Assada Acebolada	Isca de Frango Grelhado c/Quiabo	

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO OFICINA



Semana III: de 28 de julho a 01 de agosto de 2025					
Itens	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagre + Legume Cru + Legume Cozido + Molho				
Arroz	Branco	Branco Integral c/Ervilhas	Branco	Branco Integral c/Vagem	***
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	
Farofa	Farofa de Soja	Farofa de Cebola	Farofa de Couve	Farofa de Cenoura	
Guarnição	Batata Gratinada	Omelete de Queijo	Bolinho de Arroz de Forno c/Espinafre e Ricota	Ovos Mexidos	
	Massa espaguete Alho e Óleo c/Molho Branco (à parte)	Legumes Sauté (Batata/Chuchu/ Cenoura)	Yakissoba de Legumes c/Espaguete	Purê de Batatas	
Prato Principal	Carne Moída Refogada	Rocambole de Forno de Frango c/Molho de Tomate	Isca de Carne Grelhada	Filé de Frango à Parmegiana de Forno	
Opção Grelhada	Filé de Frango Grelhado c/Cenoura	Isca de Carne Grelhada c/Brócolis	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	Isca de Carne Grelhada c/Banana	

***Cardápio Sujeito a alterações!**