



CARDÁPIO DE ALMOÇO – COLÉGIO OFICINA



Semana da Independência do Brasil



Semana I: de 01 a 05 de setembro de 2025

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	Região Nordeste	Região Norte	Região Centro-Oeste	Região Sul	Região Sudeste
Arroz	Branco Integral c/Brócolis	Branco	Branco Integral c/Seleta	Branco Integral c/Milho	Branco Integral c/Cenoura
Feijão	Cariquinha	Preto	Cariquinha	Preto	Cariquinha
Farofa	Farofa de Couve	Farofa de Cebola	Farofa de Soja	****	Farofa de Cebola
Guarnição	Cuscuz Nordestino (c/Banana da Terra)	Palitinhos de Mandioca Assada c/Queijo Ralado + Molho de Açaí (à parte)	Brócolis Assados c/Chimichurri	Tropeiro Natural/ (Sem Calabresa)	Couve Refogado Alho e óleo
	Baião de Dois	Espaguete Alho e Óleo	Purê de Batatas	Pão de Alho Caseiro	Banana da Terra Assada
Prato Principal	Carne do Sol Acebolada	Almondegas de Carne c/Molho de Tomate	Isca de Carne Acebolada	Cubos de Frango na Chapa (c/Cebola e Pimentão)	Feijoada Carioca (c/Feijão Preto)
Opção	Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopado	Peixe Assado c/Limão	Empadão Goiano (Frango+Milho+Queijo/Catupiry)	Toscana Assada	Isca de Frango Grelhado c/Brócolis

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO - COLÉGIO OFICINA



Semana II: de 08 a 12 de setembro de 2025

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Arroz	Branco	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral c/Milho	Branco	VER OPÇÕES DO DIA
Feijão	Preto	Carioquinha	Carioquinha	Preto	
Farofa	Farofa de Cenoura	Farofa de Cebola	***	Farofa de Couve	
Guarnição	Massa Espaguete Alho e Óleo	Purê de Batatas	Pirão do Cozido	Macarrão de Forno Misto	
	Legumes Gratinados	Ovos Mexidos	Legumes do Cozido	Batata Sauté	
Prato Principal	Estrogonofe de Carne c/Batata Palha	Frango à Parmegiana de Forno c/Molho de Tomate	Cozido (Carnes)	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	
Opção	Isca de Frango Grelhado c/Cenoura	Lombo Suíno Assado Agri-doce	Isca de Frango Grelhado c/Cenoura	Isca de Carne Acebolada	

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO - COLÉGIO OFICINA



Semana III: de 15 a 19 de setembro de 2025

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Arroz	Branco Integral c/Ervilha	Branco	Branco Integral c/Brócolis	Branco	VER OPÇÕES DO DIA
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	
Farofa	Farofa de Cebola	Farofa de Soja	****	Farofa de Cebola	
Guarnição	Brócolis e Batata Sauté	Massa Espaguete Alho e Óleo	Banana da Terra Assada	Massa Espaguete Alho e Óleo	
	Tomate Recheado c/Queijo e Orégano	Purê de Batatas	Tropeiro Natural (Sem Calabresa)	Legumes Sauté	
Prato Principal	Isca de Carne Grelhada c/Cenoura	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assado	Isca de Frango Acebolada	Almondegas de Carne c/Molho de Tomate	
Opção	Lasanha de Frango	Carne Moída à Bolonhesa	Escondidinho de Aipim c/Carne do Sol	Fricassé de Frango c/Batata Palha	

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO - COLÉGIO OFICINA



Semana IV: de 22 a 26 de setembro de 2025

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Arroz	Branco Integral c/Milho	Branco	Branco Integral c/Brócolis	Branco Integral c/Cenoura	VER OPÇÕES DO DIA
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	
Farofa	Farofa de Couve	Farofa de Cenoura	Farofa de Soja	Farofa de Cebola	
Guarnição	Brócolis Gratinados	Massa Espaguete Alho e Óleo	Quibe de Forno c/Cenoura e Queijo	Purê de Banana da Terra	
	Chips Caseiros de Batata Doce	Arrumadinho de Fradinho (Sem Calabresa)	Ovos Mexidos	Legumes Sauté	
Prato Principal	Rocambole de Carne c/Molho de Tomate	Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopado	Lasanha de Queijo e Presunto	Lombo Suíno Assado c/Molho Barbecue	
Opção	Isca de Frango Grelhado c/Brócolis	Toscana Assada	Isca de Carne Acebolada	Panqueca de Frango c/Molho de Tomate	

***Cardápio Sujeito a alterações!**



CARDÁPIO DE ALMOÇO - COLÉGIO OFICINA



Semana V: de 29 de setembro a 03 de outubro de 2025

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Arroz	Branco Integral c/Milho	Branco	Branco Integral c/Cenoura	Branco Integral c/Brócolis	VER OPÇÕES DO DIA
Feijão	Preto	Carioquinha	Preto	Carioquinha	
Farofa	Farofa de Cebola	Farofa de Cenoura	***	Farofa de Soja	
Guarnição	Batata Gratinada	Massa Espaguete Alho e Óleo	Tropeiro Natural	Legumes Sauté	
	Brócolis Alho e Óleo	Purê de Batata	Abóbora c/Couve Refogado	Aipim Assado c/Queijo Ralado	
Prato Principal	Estrogonofe de Frango c/Batata Palha	Almondegas de Carne c/Molho de Tomate	Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopado	Lasanha à Bolonesa	
Opção	Isca de Carne acebolada	Empadão de Frango c/Catupiry	Escondidinho de Batata c/Frango Desfiado	Isca de Frango Grelhado c/Cenoura	

***Cardápio Sujeito a alterações!**