

COLÉGIO ADVENTISTA BOA VISTA

TURNO INTEGRAL - MAIO/2022

CARDÁPIO 1

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
2/mai	3/mai	4/mai	5/mai	6/mai
1. Feijão preto	1. Feijão branco	1. Feijão preto	1. Feijão branco	1. Feijão preto
2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral
3. Ovo mexido	3. Stroganoff de gluten	3. PTS ao molho sugo	3. Espetinho de glúten	3. Ovo cozido
4. Batata doce assada	4. Batata palha	4. Polenta cremosa	4. Pure de batata	4. Macarrão talharim
5. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes
6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas
7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural
8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta

LANCHE MANHÃ

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Mini pão de batata com cat.	Pão de queijo	Mini frances com manteiga	Bisnaguinha com geléia de fruta	Bolo de cenoura
Cookies integral	Sagu	Biscoito integral doce	Biscoito salgado	Polvilho
Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Achocolatado
Fruta grupo B	Fruta grupo C	Fruta grupo E	Fruta grupo A	Fruta grupo D

LANCHE TARDE

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Pão com patê de grão de bico	Queijo quente	Bolo de chocolate	Mini xis salada	Mini croissant queijo
Flan de morango	Sucrilhos	Pipoca	Sequilha	Biscoito de aveia
Suco natural/Chá	logurte	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá
Fruta grupo E	Fruta grupo A	Fruta grupo B	Fruta grupo D	Fruta grupo C

FRUTAS GRUPO A	FRUTAS GRUPO B	FRUTAS GRUPO C	FRUTAS GRUPO D	FRUTAS GRUPO E
Abacate	Banana	Melancia	Kiwi	Laranja
Manga	Caqui	Pêra	Maçã	Mamão
Melão	Abacaxi	Mexerica Ponkan	Uva	

COLÉGIO ADVENTISTA BOA VISTA

TURNO INTEGRAL - MAIO/2022

CARDÁPIO 2

SEGUNDA-FEIRA 9/mai	TERÇA-FEIRA 10/mai	QUARTA-FEIRA 11/mai	QUINTA-FEIRA 12/mai	SEXTA-FEIRA 13/mai
1. Feijão preto	1. Feijão branco	1. Lentilha e Feijão preto	1. Feijão branco	1. Feijão preto
2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral
3. Gluten xadrez	3. Omelete	3. Panquecas de queijo	3. Iscas de glúten acebolada	3. Ovos na chapa
4. Yakisoba	4. Batata gratinada	4. Mandioca cozida	4. Empadão de palmito	4. Esfiha aberta de PTS
5. Refogado de legumes	5. Sopa de legumes	5. Refogado de legumes	6. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes
7. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	7. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas
7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural
8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta

LANCHE MANHÃ

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Pão integral com queijo	Mini sonho assado	Crepe de queijo	Mini hot dog	Bolinho mesclado
Sucrilhos	Torrinhas	Biscoito de milho	Cookies	Pipoca
Iogurte	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá
Fruta grupo E	Frutas grupo B	Fruta grupo D	Fruta grupo A	Fruta grupo C

LANCHE TARDE

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Mini esfiha de milho	Pizza	Bolo formigueiro	Pão de queijo	Sopinha de letrilhas
Biscoito de leite	Barra de cereal	Polvilho	Biscoito de aveia	Torrinha
Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Chocolate quente	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá
Fruta grupo B	Fruta grupo C	Fruta grupo E	Fruta grupo C	Fruta grupo A

FRUTAS GRUPO A	FRUTAS GRUPO B	FRUTAS GRUPO C	FRUTAS GRUPO D	FRUTAS GRUPO E
Abacate	Banana	Melancia	Kiwi	Laranja
Manga	Caqui	Pêra	Maçã	Mamão
Melão	Abacaxi	Mexerica Ponkan	Uva	

COLÉGIO ADVENTISTA BOA VISTA

TURNO INTEGRAL - MAIO/2022

CARDÁPIO 3

SEGUNDA-FEIRA 16/mai	TERÇA-FEIRA 17/mai	QUARTA-FEIRA 18/mai	QUINTA-FEIRA 19/mai	SEXTA-FEIRA 20/mai
1. Feijão branco	1. Feijão preto		1. Feijão preto e lentilha	1. Feijão branco
2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral
3. Bife de glúten	3. Ovo mexido	3. Feijoada vegetariana	3. Almondega com molho sugo	3. Omelete
4. Sufle de cenoura	4. Pastel de queijo assado	4. Farofa	4. Macarrão penne integral alho e óleo	4. Batata chips
5. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes	5. Couve refogada	5. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes
6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas
7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural
8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta

LANCHE MANHÃ

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Pão com queijo	Pão de queijo	Bisnaguinha com manteiga	Mini xis salada	Bolo de laranja
Biscoito de amendoim	Canjica	Sequillo	Biscoito maisena	Biscoito de polvilho
Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Chocolate quente	Suco natural/Chá	Chocolate quente
Fruta grupo A	Fruta grupo D	Fruta grupo C	Fruta grupo B	Fruta grupo E

LANCHE TARDE

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Enroladinho de salsicha vegetal	Mini pão de batata com cat.	Bolo de banana	Pão frances com ovo mexido	Mini esfirra de PTS
Pão de mel	Sucrilhos	Pipoca	Biscoito integral de maçã	Torrone
Suco natural/Chá	logurte	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá
Fruta grupo C	Fruta grupo E	Fruta grupo D	Fruta grupo A	Fruta grupo B

FRUTAS GRUPO A	FRUTAS GRUPO B	FRUTAS GRUPO C	FRUTAS GRUPO D	FRUTAS GRUPO E
Abacate	Banana	Melancia	Kiwi	Laranja
Manga	Caqui	Pêra	Maçã	Mamão
Melão	Abacaxi	Mexerica Ponkan	Uva	

COLÉGIO ADVENTISTA BOA VISTA

TURNO INTEGRAL - MAIO/2022

CARDÁPIO 4

SEGUNDA-FEIRA 23/mai	TERÇA-FEIRA 24/mai	QUARTA-FEIRA 25/mai	QUINTA-FEIRA 26/mai	SEXTA-FEIRA 27/mai
1. Feijão preto	1. Feijão branco	1. Lentilha e Feijão preto	1. Feijão branco	1. Feijão preto
2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral	2. Arroz branco e integral
3. Quibe assado	3. Iscas de glúten	4. Molho de PTS	3. Lasanha	3. Ovo na chapa
4. Batata salsa cozida	4. Macarrão espagueti com molho branco	4. Batata assada com ervas	4. Farofa	4. Fogazza
5. Sopa de legumes	5. Refogado de legumes	5. Refogado de legumes	6. Sopa de feijão	5. Refogado de legumes
6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas	7. Tres tipos de saladas	6. Tres tipos de saladas
7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural	7. Suco natural
8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta	8. Fruta

LANCHE MANHÃ

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Pão frances com manteiga	Panquequinha de banana com mel	Mini chineque creme	Pãozinho com queijo	Mini pão de batata
Sucrilhos	Cookies	Pipoca	Arroz doce	Sequilho
Iogurte	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá
Fruta grupo D	Fruta grupo B	Fruta grupo A	Fruta grupo E	Fruta grupo C

LANCHE TARDE

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Pizza	Pão de queijo	Bolinho de maçã	Sopa de letrinhas	Crepe de chocolate
Biscoito de aveia	Biscoito de milho	Biscoito de polvilho	Torradinhas	Biscoito salgado
Suco natural/Chá	Suco natural/Chá	Chocolate quente	Suco natural/Chá	Suco natural/Chá
Fruta grupo A	Fruta grupo D	Fruta grupo C	Fruta grupo B	Fruta grupo E

FRUTAS GRUPO A	FRUTAS GRUPO B	FRUTAS GRUPO C	FRUTAS GRUPO D	FRUTAS GRUPO E
Abacate	Banana	Melancia	Kiwi	Laranja
Manga	Caqui	Pêra	Maçã	Mamão
Melão	Abacaxi	Mexerica Ponkan	Uva	