



ASSOCIAÇÃO SUL PARANAENSE

Av. Senador Salgado Filho, 5280
CEP: 81580-000 | Curitiba - PR
Fone: (41) 3094-9494

Nov
Tem
Muito
além do
ensino

Cardápio - Dezembro/2018

Lanche da Manhã

Segunda-feira 03/12	Terça-feira 04/12	Quarta-feira 05/12	Quinta-feira 06/12	Sexta-feira 07/12
Pão integral com margarina	Palitos de queijo	Pão francês com queijo	Mini pão de batata com catupiry	Sanduíche natural
Bolacha doce	Bolo toalha felpuda	Pão de mel	Rosquinhas de coco	Sequinhos
Suco ou chá	Suco ou chá	Achocolatado	Suco ou chá	Suco ou chá
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Lanche da Tarde

Segunda-feira 03/12	Terça-feira 04/12	Quarta-feira 05/12	Quinta-feira 06/12	Sexta-feira 07/12
Empadinha de palmito	Pizza	Bolacha salgada	Pão de queijo	Pipoca
Barra de cereal	Cookies de fruta	Pão integral com geléia	Sucrilhos	Bolo de chocolate com cobertura
Suco ou chá	Suco ou chá	Suco ou chá	logurte	Suco ou chá
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta



ASSOCIAÇÃO SUL PARANAENSE

Av. Senador Salgado Filho, 5280
CEP: 81580-000 | Curitiba - PR
Fone: (41) 3094-9494

Nov
Tem
Muito
além do
ensino

Cardápio - Dezembro/2018

Almoço

Segunda-feira 03/12	Terça-feira 04/12	Quarta-feira 05/12	Quinta-feira 06/12	Sexta-feira 07/12
Almôndega ao sugo	Omelete	Rondelli de ricota com tomate seco	Glúten xadrez	Strogonoff de grão de bico
Macarrão ao alho e óleo	Batata salsa cozida com cheiro verde	Polenta cremosa	Mandioca sauté	Batata palha
Milho refogado	Chuchu e cenoura refogados	Brócolis e couve-flor cozidos	Repolho refogado	Jardineira de legumes
Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado
Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
Feijão preto	Feijão Carioca	Feijão preto	Feijão Carioca	Feijão preto e lentilha
Alface roxa	Alface crespa	Alface Lisa	Alface americana	Alface americana
Tomate	Beterraba ralada	Tomate	Tomate	Tomate
Cenoura ralada	Vagem	Chuchu	Escarola	Beterraba cozida
Fruta	Sagu	Fruta	Mousse de maracujá	Fruta



Cardápio - Dezembro/2018

Lanche da Manhã

Segunda-feira 10/12	Terça-feira 11/12	Quarta-feira 12/12	Quinta-feira 13/12	Sexta-feira 14/12
Bisnaguinha com requeijão	Pão de queijo	Rosquinha de polvilho	Bolacha salgada	Pão integral com margarina
Rosquinha de côco	Bolo de laranja	Pão doce com farofa	Bolo de cenoura com cobertura	Cookies com gotas de chocolate
Achocolatado	Suco ou chá	Suco ou chá	Suco ou chá	Suco ou chá
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Lanche da Tarde

Segunda-feira 10/12	Terça-feira 11/12	Quarta-feira 12/12	Quinta-feira 13/12	Sexta-feira 14/12
Esfiha de pizza	Torrada com queijo quente	Mini croissant de queijo	Sanduíche natural	Cachorro quente
Sequilhos	Sucrilhos	Bolacha doce	Sequilhos	Torrone
Suco ou chá	logurte	Suco ou chá	Suco ou chá	Suco ou chá
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta



ASSOCIAÇÃO SUL PARANAENSE

Av. Senador Salgado Filho, 5280
CEP: 81580-000 | Curitiba - PR
Fone: (41) 3094-9494

Nov
Tem
Muito
além do
ensino

Cardápio - Dezembro/2018

Almoço

Segunda-feira 10/12	Terça-feira 11/12	Quarta-feira 12/12	Quinta-feira 13/12	Sexta-feira 14/12
Quiche de ricota e espinafre	Glúten acebolado	Ovo cozido	Lasanha à bolonhesa	Quibe recheado assado
Batata doce sauté	Batata salsa refogada	Nhoque ao sugo	Batata palito assada	Creme de milho
Brócolis ao alho e óleo	Jardineira de legumes	Cenoura e milho refogados	Chuchu com milho	Abobrinha refogada
Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado
Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto e lentilha	Feijão Carioca
Acelga	Alface crespa	Alface lisa	Alface americana	Alface roxa
Tomate	Tomate	Tomate	Cenoura ralada	Brócolis
Repolho bicolor	Vagem	Cenoura ralada	Tomate	Palmito, tomate cereja e orégano
Fruta	Pingo de leite	Fruta	Mousse de chocolate	Fruta



ASSOCIAÇÃO SUL PARANAENSE

Av. Senador Salgado Filho, 5280
CEP: 81580-000 | Curitiba - PR
Fone: (41) 3094-9494

Nov
Tem
Muito
além do
ensino

Cardápio - Dezembro/2018

Lanche da Manhã

Segunda-feira 17/12	Terça-feira 18/12	Quarta-feira 19/12	Quinta-feira 20/12	Sexta-feira 21/12
Pão integral com margarina	Bisnaguinha com queijo	Pão de queijo	Sanduíche natural	Sanduíche natural
Sequinhos	Bolacha doce	Bolo de fubá	Goiabinha	Sequinhos
Suco ou chá	Suco ou chá	Achocolatado	Suco ou chá	Suco ou chá
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Lanche da Tarde

Segunda-feira 17/12	Terça-feira 18/12	Quarta-feira 19/12	Quinta-feira 20/12	Sexta-feira 21/12
Mini pão de batata com catupiry	Pão francês com requeijão	Rosquinha de polvilho	Pipoca	Pipoca
Pão de mel	Sucrilhos	Mini folhado de goiabada	Bolo de chocolate	Bolo de chocolate com cobertura
Suco ou chá	logurte	Suco ou chá	Suco ou chá	Suco ou chá
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta



ASSOCIAÇÃO SUL PARANAENSE

Av. Senador Salgado Filho, 5280
CEP: 81580-000 | Curitiba - PR
Fone: (41) 3094-9494

Nov
Tem
Muito
além do
ensino

Cardápio - Dezembro/2018

Almoço

Segunda-feira 17/12	Terça-feira 18/12	Quarta-feira 19/12	Quinta-feira 20/12	Sexta-feira 21/12
Strogonoff de glúten	Torta de ricota	PTS ao sugo	Ovo Cozido	Grão de Bico refogado
Batata Palha	Polenta ao sugo	Macarrão ao alho e óleo	Empadão de palmito	Batata dorê
Vagem refogada	Cenoura e milho refogados	Couve refogada na manteiga	Jardineira de legumes	Jardineira de legumes
Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado	Arroz Parboilizado
Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
Feijão Carioca	Feijão preto	Feijão Carioca	Feijão preto e lentilha	Feijão preto
Alface crespa	Alface americana	Alface Roxa	Alface Lisa	Couve manteiga
Tomate	Tomate	Beterraba cozida	Tomate	Tomate
Brócolis	Agrião	Tomate	Pepino	Couve-flor com cenoura
Fruta	Pé de moleque	Fruta	Pudim de côco	Fruta