

Lighthouse Escola Bilíngue

Cardápio – maio e junho 2017 (Sujeito à alteração sem aviso prévio)

Data	Café da manhã	Almoço	Sobremesa	Lanche 1	Lanche 2
25/04	Pão de batata com doce/ Bolo de maçã / Mamão / Achocolatado/ chá	Chilli (carne e feijão), macarrão, arroz, saladas, legumes	Fruta	Bolo de laranja, chá gelado	Fruta, bolacha salgada suco de maracujá
26/04	Bisnaguinha com patê / Bananas / Suco de Maracujá	Arroz, feijão, purê de batata e molho a bolonhesa, salada de repolho, legumes	Gelatina	Pão com patê, chá de camomila	Sopa de feijão
27/04	Pão integral com requeijão/doce/ Torta salgada / Maçã / Café com leite/ chá	Macarrão com molho branco, carne assada, arroz & feijão, salada de couve refogada	Mousse de abacate	Sucrilhos com leite, banana	Gelatina, fruta
28/04	Pão francês com doce de leite ou margarina torta banana /melão / suco/ achocolatado	Frango ao molho, polenta, Arroz, feijão, milho, salada	Fruta	Bolo de chocolate, chá de capim limão	Bolacha e fruta
02/05	Pão de batata com patê ou margarina / sucrilhos/laranja/achocolatado/chá	Arroz, lentilha com costelinha, bife grelhado, farofa, salada de couve, legumes e salada verde	Pudim	Cachorro quente e água saborizada	Frutas
03/05	Bisnaguinha com doce /bolo de laranja / banana/ suco/café com leite	Macarrão molho de ervas finas, frango grelhado, arroz, feijão, legumes refogados, salada colorida	Danoninho caseiro	Torta de banana, leite	Creme de ervilha
04/05	Pão integral com requeijão / torta / manga/achocolatado/ chá	Escondidinho de carne, arroz & feijão, salada de repolho roxo e beterraba	Fruta	Pão francês com geleia, achocolatado	Fruta, Sopa de legumes
05/05	Pão francês com geleia / bolo de cenoura/mamão / suco/café com leite	Mandioca com carne, arroz & feijão, legumes refogados.	Sagu	Torta salgada, chá	Pipoca e suco
08/05	Pão Francês com doce /Bolo de maçã / Mamão/ Achocolatado/ chá	Arroz, feijão, bife grelhado, legumes, manga,salada colorida	Gelatina	Bolo de baunilha, fruta, água saborizada	Sopa de letrinhas
09/05	Pão de batata com patê / ovos mexidos / Bananas/ Suco de Maracujá	Frango assado, purê de batata, salada de repolho com cenoura	Fruta	Pão francês com geleia e limonada	Creme de abacate
10/05	Pão de leite com geleia / sucrilhos/laranja/achocolatado/chá	Pernil assado, batata assada, arroz & feijão, ovos cozidos, salada verde & legumes	Pudim	Torta de maçã, chá	Creme de batata
11/05	Pão integral com requeijão/doce/ Torta salgada / Maçã / Café com leite/ chá	Lasagna bolonhesa, arroz, abobrinha refogada, salada de alface	Fruta	Fruta e logurte	Bolacha doce e chá gelado
12/05	Pão francês com doce de leite ou margarina/ torta banana /melão / suco/ achocolatado	Polenta com molho de frango, arroz & feijão, salada de tomate e rúcula	Torta de bolacha	Bolo de cenoura, suco de maracujá	Gelatina e fruta
15/05	Pão francês com geleia ou margarina/bolo de laranja / banana/ suco/café com leite	Arroz com legumes, feijão, quibe, escabeche de berinjala, salada verde crocante	Sagu	Pão de batata com doce e suco	Creme de batata
16/05	Pão de batata com patê/ banana com canela quentinho/chá/ achocolatado	Arroz, feijão, frango grelhado, maionese, salada de chuchu com ovos	Fruta	Bolo de laranja, água saborizada	Sopa de feijão
17/05	Bisnaguinha com doce/ torta / abacaxi/achocolatado/ chá	Macarrão à bolonhesa, arroz & feijão , salada verde com crocantes, cenoura refogada	Danoninho caseiro	Torta salgada, fruta, chá gelado	Pipoca e suco
18/05	Pão integral com requeijão/ bolo de cenoura/mamão / suco/café com leite	, Strogonoff, batata palha, Lentilha, arroz salada mista de grão de bico e legumes e alface	Fruta	Sucrilhos com leite e banana	Sopa de letrinhas
19/05	American Brunch! French Toast and Syrup , Scrambled Eggs, fruit, Orange juice	Hamburgers, batata frita (ruffles), verduras cruas, Coleslaw (salada de repolho agridoce)	Gelatina de frutas e creme	New York Hot Dog fruta	Chilli
22/05	Pão Francês com doce Bolo de maçã / Mamão Achocolatado/ chá	Arroz, feijão, bife grelhado, macarrão ao sugo, salada de repolho e pepino	Gelatina	Pão francês com geleia, achocolatado	Creme de batata
23/05	Pão de leite com patê / sucrilhos/laranja/achocolatado/	Yakissoba, Arroz com legumes, feijão, salada verde crocante, tomate	Sagu	Torta de banana, chá	logurte e fruta
24/05	chá Bisnaguinha com patê / Bananas Suco de Maracujá	Fricasse de frango, cenoura, brócolis, milho	Torta de maçã	Pão francês com geleia e limonada	Torta de maçã
25/05	Pão integral com requeijão/doce Torta salgada / Maçã / Café com leite/ chá	Arroz, Feijão, quísera com costelinha, salada de couve, laranja, Salada verde e legumes	fruta	Bolo de baunilha, fruta, chá	Canja

*“É melhor ter verduras na refeição onde há amor
do que um boi gordo acompanhado de ódio.”*

Provérbios 15:17



Lighthouse Escola Bilíngue
Cardápio – maio e junho 2017 (Sujeito à alteração sem aviso prévio)

26/05	Pão francês com doce de leite ou margarina torta banana /melão / suco/ achocolatado	Escondidinho de carne, arroz com legumes, feijão, salada verde crocante	Pudim	Torta de maçã e leite achocolatado	Bolacha doce e suco de maracujá
29/05	Pão francês com geleia ou margarina/bolo de laranja / banana/ suco/café com leite	Arroz, feijão, bife grelhado, farofa, salada de repolho e pepino	Fruta	Pão com patê, chá	Creme de ervilha
30/05	Pão de batata com doce/ torta / abacaxi/achocolatado/ chá	Carne com batata, arroz & feijão , escabeche de berinjela, Salada verde e legumes	Sorvete	Bolo de laranja, fruta, chá de erva doce	Bolacha salgada, Fruta
31/05	Bisnaguinha com requeijão/ bolo de cenoura/mamão / suco/café com leite	Macarrão à bolonhesa, arroz & feijão salada verde com crocantes, cenoura refogada	Pudim	Cachorro quente e suco de maracujá	Sopa de feijão
01/06	Pão integral com doce/ Bolo de maçã / Mamão / Achocolatado/ chá	Frango assado, arroz & feijão, maionese, milho e ervilha, salada verde	Danoninho caseiro	Bolo de chocolate, chá	Pipoca e fruta
02/06	Pão Francês com patê / Bananas Suco de Maracujá	Mandioca com carne, arroz & feijão, salada de couve, Salada verde e legumes	Fruta	Sucrilhos, leite e banana	Sopa de legumes
05/06	Pão francês com requeijão/doce Torta salgada / Maçã / Café com leite/ chá	Arroz, lentilha com costelinha, bife grelhado, farofa, abobrinha refogada, saladas	Fruta	Pão francês com geleia, achocolatado	Frutas e gelatina
06/06	Pão de batata com doce de leite ou margarina torta banana /melão / suco/ achocolatado	Purê de batata, strogonoff de carne, arroz, salada de vagem e alface	Mousse de abacate	Bolo de baunilha, água saborizada	Creme de ervilha
07/06	Bisnaguinha com patê / sucrilhos/laranja/achocolatado/chá	Lasagna bolonhesa, arroz & feijão, salada de vagem e alface	Fruta	Pão com doce, fruta, chá	Pipoca e suco
08/06	Pão integral com geleia ou margarina/bolo de laranja / banana/ suco/café com leite	Risoto branco, cenoura com ovos, batata palha, salada colorida, escabeche	Pudim	Fruta e iogurte	Creme de batata
09/06	Pão francês com doce/ torta / manga/achocolatado/ chá	Yakissoba de frango com legumes, arroz & feijão, salada verde	Mousse	Bolo de cenoura, fruta	Rosquinha de polvilho e suco de maracujá
12/06	Pão francês com queijo/ bolo de cenoura/mamão / suco/café com leite	Arroz, feijão, bife grelhado, farofa com couve, maionese, saladas	Fruta	Bolo de laranja, limonada	Sopa de letrinhas
13/06	Pão de batata com geleia/ banana com canela/chá/ achocolatado	Carne de panela com batata, arroz e feijão, salada de repolho com cenoura, mix de legumes e grão de bico	Gelatina	Pão francês com geleia e limonada	Geladinho e fruta
14/06	Bisnaguinha com requeijão / French toast com mel / iogurte/ fruta/ suco / café com leite	Fricasse de frango, arroz & feijão, salada, legumes refogados.	Fruta	Salada de fruta e pudim	Sopa de letrinhas
19/06	Pão Francês com doce/ Bolo de maçã / Mamão Achocolatado/ chá	Purê de batata, molho bolonhesa, arroz & feijão, salada de vagem e alface	Sagu	Fruta e iogurte	Pipoca e suco
20/06	Pão de batata com patê / Torta de queijo/ manga / Achocolatado/Suco de Maracujá	Strogonoff, batata palha, Arroz, feijão ,salada colorida, escabeche de beringela	sorvete	Pão de batata com doce e água saborizada	Sopa de feijão
21/06	Bisnaguinha com requeijão/doce Torta salgada / Maçã / Café com leite/ chá	Mandioca com carne, arroz & feijão, legumes refogados.	Gelatina	Pão francês com geleia e limonada	Creme de mandioca
22/06	Pão integral com doce de leite ou margarina/ torta banana /melão / suco/ achocolatado	Frango assado, purê de batata, salada de repolho com cenoura	Fruta	Bolo de baunilha, água saborizada	Bolacha e Fruta
23/06	Pão francês com requeijão/ bolo de cenoura/mamão / suco/café com leite	Arroz, lentilha com costelinha, penne ao molho branco, farofa, salada de couve, Salada verde e legumes	Pudim	Torta de maçã, chá	Creme de batata
26/06	Pão Francês com doce / torta de maçã / Mamão / Achocolatado/ chá	Arroz, feijão, bife, farofa, maionese, salada verde e legumes	Fruta	Fruta e iogurte	Rosquinha de polvilho e chá
27/06	Pão de batata com patê /bolachas de aveia/ Bananas / Suco /achocolatado	Lasagna bolonhesa, arroz, abobrinha refogada, salada verde e legumes	Fruta	Bolo de chocolate, chá gelado	Caldo verde
28/06	Bisnaguinha com requeijão e doce Torta salgada / Maçã / Café com leite/ chá	Purê de batata e molho a bolonhesa, arroz, feijão salada de repolho, legumes	Gelatina	Pão com patê, chá de camomila	Sopa de feijão
29/06	Pão integral com doce de leite ou margarina torta banana /melão / suco/ achocolatado	Macarrão com molho branco, carne assada, arroz & feijão, salada de couve refogada	Sorvete	Sucrilhos com leite, banana	Gelatina, fruta
30/06	Pão francês com geleia/ ovos mexidos/ suco/fruta	Frango ao molho, polenta, arroz, feijão ,milho, salada	Fruta	Cachorro quente e limonada	Sopa e fruta

*“É melhor ter verduras na refeição onde há amor
do que um boi gordo acompanhado de ódio.”*

Provérbios 15:17



Lighthouse Escola Bilíngue
Cardápio – **maio e junho 2017** (Sujeito à alteração sem aviso prévio)

*“É melhor ter verduras na refeição onde há amor
do que um boi gordo acompanhado de ódio.”*
Provérbios 15:17

