

Cardápio Mensal

COLEGIO FRIBURGO
CARDÁPIO GERAL DE OUTUBRO

2eat



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		01/10/2025 Arroz/Feijão Feijoada Couve Farofa Saladas Fruta Delícia de abacaxi	02/10/2025 Arroz/Feijão Filé de peixe no fubá Purê de batata Escarola refogada Saladas Fruta Bolo de laranja	03/10/2025 Arroz/Feijão Iscas de carne oriental Abobrinha grelhada Mandioquinha saute Saladas Fruta Manjar de coco c/ calda de caramelo
06/10/2025 Arroz/Feijão Filé de frango a pizzaiolo Mandioca saute Cenoura ao alho Saladas Fruta Frutas com calda de chocolate	07/10/2025 Arroz/Feijão Cubos de carne Macarrão ao sugo Berinjela ao forno Saladas Fruta Creme de maracujá	08/10/2025 Arroz/Feijão Frango xadrez Bolinho de arroz Espinafre refogado Saladas Fruta Iogurte com granola	09/10/2025 Arroz/Feijão Mignon suíno com cebola caramelizada Batata corada Repolho refogado Saladas Fruta Gelatina de morango	10/10/2025 Arroz/Feijão Filé de peixe ao molho tártaro Couve flor saute Brócolis ao alho Saladas Fruta Bolo de chocolate com calda
13/10/2025 Arroz/Feijão Bife de panela Farofa Couve refogada Saladas Fruta Gelatina de framboesa	14/10/2025 Arroz/Feijão Filé de peixe à dore Batata doce corada Brócolis ao alho Saladas Fruta Bolo de churros	15/10/25 FERIADO	16/10/2025 Arroz/Feijão Carne desfiada Macarrão ao sugo Ratatouille Saladas Fruta Pudim crocante	17/10/2025 Arroz/Feijão Cubos de frango com legumes e shoyo Acelga ao alho Quiche de queijo Saladas Fruta Sagu
20/10/2025 Arroz/Feijão Strogonoff de frango Batata palha Chuchu com mandioquinha Saladas Fruta Arroz doce	21/10/2025 Arroz/Feijão Panqueca de carne Couve flor ao alho Ervilha refogada Saladas Fruta Cocada	22/10/2025 Arroz/Feijão Filé de peixe ao molho de ervas Batata rústica Abobrinha com gergelim Saladas Fruta Bolo de cenoura com cobertura	23/10/2025 Arroz/Feijão Bife a role Polenta ao parmesão Escarola refogada Saladas Fruta Creme de limão	24/10/2025 Arroz/Feijão Sobrecoxa assada Macarrão ao sugo Brócolis ao alho Saladas Fruta Spumone de uva
27/10/2025 Arroz/Feijão Filé de peixe grelhado Suflê de espinafre Cenoura e batata cozidas Saladas Fruta Iogurte com granola	28/10/2025 Arroz/Feijão Iscas de frango gratinada Chuchu com pimentões Acelga com shoyo Saladas Fruta Gelatina de abacaxi	29/10/2025 Arroz/Feijão Lasanha Brócolis ao alho Berinjela grelhada Saladas Fruta Delícia de morango	30/10/2025 Arroz/Feijão Frango crocante com gergelim Milho refogado Couve flor ao alho e óleo Saladas Fruta Bolo gelado	31/10/2025 Arroz/Feijão Assado ao molho de bacon Abóbora saute Couve refogada Saladas Fruta Creme de chocolate