Cantina do Colégio

11 96573-6765 11 2495-3775
atendimento@cantinadocolegio.com.br
www.cantinadocolegio.com.br

Cardápio 2026



integral

Colégio Notre Dame
Rainha dos Apóstolos
Educação sem fronteiras!

	Segunda 02/11	Terça 03/11	Quarta 04/11	Quinta 05/11	Sexta 06/11
ALMOÇO	FERIADO DIA DE FINADOS	Arroz branco Feijão Arroz à grega Bife ao molho próprio (Molho de tomate natural) Isca de frango c/ pimentões Purê de batata Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral carreteiro Feijoadinha Pernil assado Couve refogada Banana à milanesa Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral Frango assado Macarrão de forno Almôndega ao sugo (Molho de tomate natural) Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral à grega Strogonoff de carne (Cubos de carne c/ pimentões) Frango grelhado Batata palha Suco
SALADA		Alface americana Tomate Beterraba Cenoura	Alface Tomate Repolho verde Agrião	Alface americana Tomate Chuchu Mix de folhas	Alface lisa Tomate Beterraba Repolho roxo c/ orégano
SOBREMESA		Melancia	Laranja	Gelatina	Salada de fruta
LANCHE		Suco Pão c/ manteiga Ovos mexidos Banana/Abacaxi	Iogurte batido c/ morango Pão c/ requeijão Bolo de laranja Maçã/Melão	Suco Queijo Quente Biscoito polvilho Manga/ Mexerica	Leite c/ chocolate Panqueca de banana Biscoito de polvilho Maçã/Banana

Ptaya assessoria e consultoria em nutrição

Cardápio sujeito a alteração. *Opção vegetariana.
Sabores de sucos: Abacaxi - Laranja - Maracujá - Caju - Acerola - Morango - Uva

Cantina do Colégio

11 96573-6765 11 2495-3775
atendimento@cantinadocolegio.com.br
www.cantinadocolegio.com.br

Cardápio 2026



integral

Colégio Notre Dame
Rainha dos Apóstolos
Educação sem fronteiras!

	Segunda 09/11	Terça 10/11	Quarta 11/11	Quinta 12/11	Sexta 13/11
ALMOÇO	Arroz branco Feijão Arroz integral c/ milho Torta madalena (Carne moída c/ tomate e batata) Frango ao molho curry (Molho de tomate) Chuchu c/ salsa Suco	Arroz branco Feijão Risoto de legumes Peixe assado Iscas de carne aceboladas Abóbora refogada Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral Frango grelhado Isca de carne ao molho próprio Yakisoba Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral c/ milho Rocambole de carne moída (Carne moída c/ tomate e batata) Filé de frango acebolado Abóbora assada Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral à grega Sobrecoxa assada Carne de panela Polenta ao sugo Suco
SALADA	Alface americana Tomate Pepino Abobrinha ralada	Alface americana Tomate Cenourada em cubos Acelga	Alface americana Tomate Pepino Beterraba em cubos	Alface americana Tomate Abobrinha Vinagrete	Alface lisa Tomate Cenoura em tiras Acelga
SOBREMESA	Abacaxi	Banana	Melão	Mosaico de gelatina	Manga
LANCHE	Suco Mini pão de queijo Cenoura em palitos Manga/Melancia	Iogurte Bisnaguinha c/ manteiga Mix de cereais Mamão/Maçã	Vitamina de maracujá Pão c/ requeijão Cenoura em palitos Mamão/Mexerica	Suco Bolo de laranja Biscoito salgado Banana/Manga	Leite c/ chocolate Pão c/ creme de ricota Tomate cereja Pera/Abacax

Ptaya assessoria e consultoria em nutrição

Cardápio sujeito a alteração. *Opção vegetariana.
Sabores de sucos: Abacaxi - Laranja - Maracujá - Caju - Acerola - Morango - Uva

Cantina do Colégio

11 96573-6765 11 2495-3775
atendimento@cantinadocolegio.com.br
www.cantinadocolegio.com.br

Cardápio 2026



integral

Colégio Notre Dame
Rainha dos Apóstolos
Educação sem fronteiras!

	Segunda 16/11	Terça 17/11	Quarta 18/11	Quinta 19/11	Sexta 20/11
ALMOÇO	Arroz branco Feijão Arroz integral Frango crocante Carne em cubos c/ mandioca Creme de milho (Milho refogado) Suco	Arroz branco Feijão Risoto napolitano Filé de coxa assada c/ batata Macarrão ao sugo Opção: molho branco (Molho de tomate natural / Alho e óleo) Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral Strogonoff de carne Cubos de carne c/ pimentões Frango acebolado Batata palha Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral carreteiro Feijoadinha Bisteca assada Couve refogada Farofa Suco	FERIADO DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA
SALADA	Alface crespa Tomate Repolho roxo com orégano Abobrinha ralada	Alface lisa Tomate Rabanete Vinagrete	Alface crespa Tomate Pepino Beterraba	Alface americana Tomate Cenoura em tiras Abobrinha c/ salsinha	
SOBREMESA	Salada de frutas	Pudim	Melancia	Laranja	
LANCHE	Leite com chocolate Pão c/ queijo minas Cenoura em palitos Laranja/Melancia	Suco Bisnaguinha c/ requeijão Brownie caseiro Manga/Abacaxi	Vitamina de banana, maçã e mamão Mini pão de queijo Tomate cereja Banana/Maçã	Leite c/ chocolate Queijo quente Biscoito salgado Melão/Mamão	

Ptaya assessoria e consultoria em nutrição

Cardápio sujeito a alteração. *Opção vegetariana.
Sabores de sucos: Abacaxi - Laranja - Maracujá - Caju - Acerola - Morango - Uva

Cantina do Colégio

11 96573-6765 11 2495-3775
atendimento@cantinadocolegio.com.br
www.cantinadocolegio.com.br

Cardápio 2026



integral

Colégio Notre Dame
Rainha dos Apóstolos
Educação sem fronteiras!

	Segunda 23/11	Terça 24/11	Quarta 25/11	Quinta 26/11	Sexta 27/11
ALMOÇO	Arroz branco Feijão Arroz integral colorido Strogonoff de frango (Frango em cubos acebolado) Bife à rolê Batata palha Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral carreteiro Carne assada ao molho próprio Espaguete ao sugo Opção: molho branco (Molho de tomate natural /Alho e óleo) Suco	Arroz branco Feijão Risoto de legumes Peixe assado Bife grelhado Legumes na manteiga Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral c/ brócolis Frango xadrez Carne de panela Batata e cenoura sauté Suco	Arroz branco Feijão Arroz integral c/ ervilha Iscas de frango aceboladas Lasanha ao sugo Legumes sauté Suco
SALADA	Alface Tomate Beterraba cozida Vinagrete	Alface americana Tomate Beterraba ralada Abobrinha c/ salsinha	Mix de folhas Tomate Berinjela italiana Acelga	Alface Tomate Chuchu c/ ovos Pepino	Alface americana Tomate Agrião c/ manga Cenoura ralada
SOBREMESA	Pera	Manga	Bolo gelado	Abacaxi	Salada de frutas
LANCHE	Suco Pão c/ creme de ricota Biscoito de polvilho Banana/Melão	Leite c/ chocolate Bisnaguinha c/ requeijão Panqueca de banana Maçã/Mamão	Suco Mini pizza de pão Bolo de cenoura Banana/Manga	Iogurte Pão na chapa Granola Melão/ Mexerica	Suco Pizza de frigideira Biscoito polvilho Pera/ Abacaxi

Ptaya assessoria e consultoria em nutrição

Cardápio sujeito a alteração. *Opção vegetariana.
Sabores de sucos: Abacaxi - Laranja - Maracujá - Caju - Acerola - Morango - Uva

Cantina do Colégio

11 96573-6765 11 2495-3775
atendimento@cantinadocolegio.com.br
www.cantinadocolegio.com.br

Cardápio 2026



integral

Colégio Notre Dame
Rainha dos Apóstolos
Educação sem fronteiras!

	Segunda 30/11				
ALMOÇO	Arroz branco Feijão Arroz integral colorido Bife acebolado Batata palito Suco				
SALADA	Alface lisa Tomate Repolho verde c/ orégano Beterraba ralada				
SOBREMESA	Melão				
LANCHE	Leite c/ chocolate Pão c/ requeijão Tomate cereja Salada de frutas/ Banana				

Ptaya assessoria e consultoria em nutrição

Cardápio sujeito a alteração. *Opção vegetariana.
Sabores de sucos: Abacaxi - Laranja - Maracujá - Caju - Acerola - Morango - Uva