

CARDÁPIO ALMOÇO 1ª Semana (01/07– 06/07/24)

	<i>Segunda-feira</i> <i>(01/07/24)</i>	<i>Terça-feira</i> <i>(02/07/24)</i>	<i>Quarta-feira</i> <i>(03/07/24)</i>	<i>Quinta-feira</i> <i>(04/07/24)</i>	<i>Sexta-feira</i> <i>(05/07/24)</i>	<i>Sábado</i> <i>(06/07/24)</i>
PRATO PRINCIPAL	BIFE DE FRANGO Á MILANESA FÍGADO AO MOLHO	FERIADO	CARNE DE SOL ACEBOLADA FRANGO XADREZ	CARNE EM CUBOS COM MOLHO SOBRECOXA ASSADA	XIXIN DE FRANGO CARNE ASSADA	LASANHA DE FRANGO AO MOLHO BRANCO CARNE DESFIADA COM MILHO E ERVILHA
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FERIADO	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO FRADINHO ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	FERIADO	PURÊ DE BATATA	LEGUMES SAUTÉ	VATAPÁ	MACARRÃO PARAFUSO AO ALHO E ÓLEO
SALADA CRUA	CENOURA RALADA, BETERRABA E MILHO	FERIADO	COUVE, REPOLHO E MANGA	REPOLHO ROXO, ALFACE E TOMATE ,	VINAGRETE	ALFACE, BETERRABA E REPOLHO
SALADA COZIDA	BATATA DOCE E ABÓBORA	FERIADO	MACARRÃO, PRESUNTO, ERVILHA	BATATA DO REINO E ABÓBORA	BANANA ASSADA	ABÓBORA E MILHO
VEGETARIANA	ABOBRINHA EMPANADA	FERIADO	GRÃO DE BICO XADREZ	PANQUECA DE SOJA	MOQUECA DE BANANA DA TERRA	LASANHA DE SOJA
SOBREMESA	BANANA COCADA	FERIADO	BANANA DOCE DE BANANA CASEIRO COM CALDA	MELANCIA COCADA	LARANJA PÉ DE MOLEQUE	SALADA DE FRUTA DOCE DE BAN ANA
SUCO	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE ACEROLA	FERIADO	SUCO DE GOIABA SUCO DE UMBU	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE MANGA	SUCO DE UMBU SUCO DE GOIABA	SUCO DE CAJU SUCO DE ACEROLA

*Obs: cardápio sujeito a alterações, dependendo da disponibilidade em estoque

Dra. Lorena Nunes

Nutricionista

CRN5- 22110/P

CARDÁPIO JANTA 1ª Semana (01/07 – 05/07/24)

	<i>Segunda-feira (01/07/24)</i>	<i>Terça-feira (02/07/24)</i>	<i>Quarta-feira (03/07/24)</i>	<i>Quinta-feira (04/07/24)</i>	<i>Sexta-feira (05/07/24)</i>
PRATO PRINCIPAL	LOMBO SUÍNO STROGONOFF DE FRANGO	FERIADO	LASANHA A BOLONHESA PEIXE EMPANADO MOLHO BRANCO À PARTE	ISCA DE FRANGO ACEBOLADA FÍGADO AO MOLHO	ENSOPADO DE FRANGO BIFE ACEBOLADO
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FERIADO	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	FAROFA DE MANTEIGA	FERIADO	BATATA DOCE COZIDA	CUSCUZ TEMPERADO	SOPA DE LEGUMES
SALADA CRUA	ALFACE, RÚCULA E TOMATE	FERIADO	TABULE	COUVE, TOMATE E MILHO VERDE, CEBOLA	ALFACE, REPOLHO ROXO RALADO E CENOURA
SALADA COZIDA	BETERRABA, CENOURA E CHUCHU	FERIADO	REPOLHO BRANCO, REPOLHO ROXO, ABACAXI	CENOURA COM VAGEM E MILHO	LENTILHA À VINAGRETE
VEGETARIANA	ABOBRINHA GRATINADA	FERIADO	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO	SOJA COM MOLHO DE TOMATE	OMELETE DE LEGUMES
SOBREMESA	MELANCIA COCADA	FERIADO	LARANJA DOCE DE BANANA	BANANA COCADA CREMOSA	MELANCIA PÉ DE MOLEQU E
SUCO	SUCO DE UMBU SUCO DE GOIABA	FERIADO	SUCO DE GOIABA SUCO DE CAJÁ	SUCO DE MANGA SUCO DE CAJU	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE ACEROLA

Obs: cardápio sujeito a alterações, dependendo da disponibilidade em estoque

Dra. Lorena Nunes
Nutricionista
CRN5- 22110/P

CARDÁPIO ALMOÇO 2ª Semana (08/07 – 13/07/24)

	Segunda-feira (08/07/24)	Terça-feira (09/07/24)	Quarta-feira (10/07/24)	Quinta-feira (11/07/24)	Sexta-feira (12/07/24)	Sábado (13/07/24)
PRATO PRINCIPAL	FRANGO ASSADO SOBRECOXA COM CROSTA DE QUEIJO PARMESÃO CARNE DESFIADA COM MOLHO	FRANGO A PARMEGIANA BISTECA SUÍNA	MOQUECA DE PEIXE COM MOLHO DE COCO CARNE ASSADA	FEIJOADA ISCA DE FRANGO	FRANGO ASSADO FÍGADO COM MOLHO	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES BIFE DE FRANGO ACEBOLADO
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ COM AÇAFRÃO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO PRETO ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	PURÊ DE BATATA	MACARRÃO ALHO E OLÉO	PIRÃO COM CALDO DE PEIXE	FAROFÁ DE MANTEIGA	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	PIRÃO COM CALDO DE CARNE
SALADA CRUA	CENOURA RALADA, PEPINO E TOMATE	MIX DE FOLHAS VERDES E ROXA, CROUTONS, MOLHO CAESAR	ALFACE, CENOURA RALADA E MILHO VERDE	VINAGRETE (TOMATE, PEPINO E PIMENTÃO)	ALFACE, REPOLHO E MAÇÃ	ACELGA, CENOURA RALADA E PEPINO,
SALADA COZIDA	REPOLHO, ABÓBORA E MILHO VERDE	CENOURA, BATATA DO REINO E MILHO	ABÓBORA E BETERRABA	REPOLHO, CENOURA E MILHO	CENOURA E ABOBRINHA	BATATA DOCE, ABÓBORA, REPOLHO
VEGETARIANA	ALMONDEGAS DE SOJA	ABOBRINHA EMPANADA	MOQUECA DE OVO COM BANANA DA TERRA	CROQUETE DE LENTILHA	TORTA DE LEGUMES	BROCÓLIS GRATINADO
SOBREMESA	MELANCIA DOCE DE BANANA	BANANA PÉ DE MOLEQUE	ABACAXI DOCE DE LEITE CREMOSO COM CREME DE LEITE	LARANJA PAÇOCA	MELÃO PÉ DE MOLEQUE	ABACAXI MANJÁ DE COCO
SUCO	SUCO DE UMBU SUCO DE ACEROLA	SUCO DE MANGA SUCO DE GOIABA	SUCO DE ACEROLA SUCO DE JENIPAPO	SUCO DE GOIABA SUCO DE UMBU	SUCO DE FRUTAS SUCO DE MANGA	SUCO DE UMBU SUCO DE GOIABA

Dra. Lorena Nunes
Nutricionista
CRN5- 22110/P

CARDÁPIO JANTA 2ª Semana (08/07– 12/07/24)

	Segunda-feira (08/07/24)	Terça-feira (09/07/24)	Quarta-feira (10/07/24)	Quinta-feira (11/07/24)	Sexta-feira (12/07/24)
PRATO PRINCIPAL	FÍGADO COM MOLHO FRANGO EM CUBOS ACEBOLADA	FILÉ DE PEIXE BIFE DE CARNE AO MOLHO	CHURRASCO MISTO (FRANGO, TOSCANA DE FRANGO E CARNE) FRANGO XADREZ	QUIABADA FILÉ DE FRANGO COM PIMENTÕES	LOMBO SUÍNO ASSADO STROGONOFF DE FRANGO
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ COM AÇAFRÃO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO TROPEIRO ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ TEMPERADO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	AIPIM COZIDO	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO	FAROFA DE MANTEIGA	CUSCUZ TEMPERADO	CALDO DE AIPIM
SALADA CRUA	BETERRABA RALADA, CENOURA E TOMATE	ALFACE, TOMATE E PEPINO, BRÓCOLIS	VINAGRETE	TABULE	PEPINO, TOMATE E ALFACE
SALADA COZIDA	ABOBRINHA, VAGEM E MILHO	BATATA DOCE COM CENOURA	REPOLHO, QUIABO E COUVE	MACARRÃO, VAGEM, CENOURA RALADA	BETERRABA E ABÓBORA
VEGETARIANA	PANQUECA COM LEGUMES	OMELETE DE SOJA	TORTA DE LEGUMES	HAMBURGUER DE LENTILHA	STRIGONOFF DE GRÃO DE BICO
SOBREMESA	MELANCIA GOIABADA EM PEDAÇOS COM CREME DE LEITE	BANANA PÉ DE MOLEQUE	ABACAXI DOCE DE BANANA	DOCE DE GOIABA BANANA	MELÃO PAÇOCA
SUCO	SUCO DE GOIABA SUCO DE TAMARINDO	SUCO DE CAJU SUCO ACEROLA	SUCO DE MANGA SUCO DE UMBU	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE GOIABA	SUCO DE MANGA SUCO DE UMBU

Obs: cardápio sujeito a alterações, dependendo da disponibilidade em estoque

Dra. Lorena Nunes
Nutricionista
CRN5- 22110/P

CARDÁPIO ALMOÇO 3ª Semana (15/07 – 20/07/24)

	Segunda- feira (15/07/24)	Terça -feira (16/07/24)	Quarta -feira (17/07/24)	Quinta-feira (18/07/24)	Sexta -feira (19/07/24)	Sábado (20/07/24)
PRATO PRINCIPAL	ENSOPADO DE FRANGO BIFE DE CARNE ACEBOLADO	FÍGADO COM MOLHO FRANGO EM CUBOS ACEBOLADA	LOMBO BOVINO STROGONOFF DE FRANGO	CARNE DE PANELA COM CEBOLAS DOURADAS FILÉ DE PEIXE	FRANGO ASSADO CACHUPA	XINXIN DE FRANGO CARNE ASSADA
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ COM CENOURA ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ TEMPERADO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ COM CENOURA ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO FRADINHO ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	FAROFA DE CENOURA	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	PURÊ DE BATATA	LEGUMES GRATINADOS	CUSCUZ TEMPERADO	CARURU
SALADA CRUA	TOMATE, PEPINO, CEBOLA, PIMENTAO (VINAGRETE)	ALFACE, BETERRABA E MILHO VERDE	ALFACE, TOMATE E MILHO VERDE	TOMATE, PEPINO E ALFACE	ACELGA E BETERRABA, MANGA	VINAGRETE (TOMATE, PEPINO E PIMENTÃO)
SALADA COZIDA	REPOLHO, MILHO E ABÓBORA	CENOURA E BATATA DO REINO, CHUCHU	MACARRÃO, CENOURA RALADA E ERVILHA	ABOBRINHA E CENOURA	CENOURA E VAGEM , BRÓCOLIS	BANANA DA TERRA ASSADA
VEGETARIANA	TORTA DE LEGUMES	PANQUECA DE SOJA	GRÃO DE BICO AO MOLHO DE TOMATE	BOLINHO DE SOJA	QUIBE COM QUEIJO RICOTA	MOQUECA DE BANANA DA TERRA COM OVO
SOBREMESA	LARANJA GOIABADA EM PEDAÇOS	MAÇÃ PAÇOCA	BANANA PÉ DE MOLEQUE	MELANCIA COCADA CREMOSA	LARANJA DOCE DE LEITE	ABACAXI PAÇOCA
SUCO	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE ACEROLA	SUCO DE MANGA SUCO DE CAJU	SUCO DE ACEROLA SUCO DE UMBU	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE GOIABA	SUCO DE MANGA SUCO DE ACEROLA	SUCO DE CAJÁ SUCO DE ACEROLA

CARDÁPIO JANTA 3ª Semana (15/07 – 19/07/24)

	Segunda- feira (15/07/24)	Terça -feira (16/07/24)	Quarta -feira (17/07/24)	Quinta-feira (18/07/24)	Sexta -feira (19/07/24)
PRATO PRINCIPAL	BIFE DE FRANGO ACEBOLADO CARNE COZIDA COM AIPIM (VACA ATOLADA)	ESCONDIDINHO DE FRANGO BISTECA SUÍNA	CARNE DE SOL ACEBOLADA FRANGO A PARMEGIANA	ENSOPADO DE CARNE STROGONOFF DE FRANGO	CARNE DESFIADA COM MOLHO PEIXE FRITO
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ COM AÇAFRÃO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ TEMPERADO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	CALDO DE ABÓBORA COM CARNE	BATATA DOCE COZIDA	FAROFA DE MANTEIGA	SOPA DE LEGUMES COM CARNE
SALADA CRUA	TOMATE, CEBOLA, PIMENTÃO (VINAGRETE) ACELGA PICADA	CENOURA RALADA E COUVE	ALFACE, TOMATE E PEPINO	ACELGA E BETERRABA, ABACAXI	TOMATE, CEBOLA E ALFACE ROXA
SALADA COZIDA	BATATA DOCE E ABOBRINHA	BATATA E CENOURA	ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU	CENOURA E VAGEM	BETERRABA E BATATA DO REINO
VEGETARIANA	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO	OMELETE COM SOJA	BRÓCOLIS GRATINADO	QUIBE COM SOJA	TORTA DE LEGUMES
SOBREMESA	MELANCIA MOUSSE DE MARACUJÁ	BANANA PAÇOCA	ABACAXI DOCE DE BANANA	LARANJA COCADA	BANANA DOCE DE LEITE
SUCO	SUCO DE MANGA SUCO DE GOIABA	SUCO DE UMBU SUCO DE CAJU	SUCO DE GOIABA SUCO DE CAJÁ	SUCO DE MANGA SUCO DE ACEROLA	SUCO DE MANGA SUCO DE UMBU

Obs: cardápio sujeito a alterações, dependendo da disponibilidade em estoque

Dra. Lorena Nunes
Nutricionista
CRN5- 22110/P

CARDÁPIO ALMOÇO 4ª Semana (22/07 – 27/07/24)

	Segunda-feira (22/07/24)	Terça-feira (23/07/24)	Quarta-feira (24/07/24)	Quinta-feira (25/07/24)	Sexta-feira (26/07/24)	Sábado (27/07/24)
PRATO PRINCIPAL	FÍGADO AO MOLHO FRANGO A PARMEGIANA	BIFE AO MOLHO MADEIRA BISTECA SUÍNA	DOBRADINHA FRANGO ASSADO COM ERVAS FINAS (ALECRIM, TOMILHO)	CARNE DE PANELA FRANGO GRELHADO COM ERVILHAS	LOMBO SUÍNO FILE DE PEIXE A MILANESA	LASANHA DE FRANGO AO MOLHO BRANCO CARNE DESFIADA COM MILHO
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO PRETO ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ TEMPERADO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	LEGUMES SAUTÉ	FAROFA	PIRÃO COM CALDO DA CARNE	PURÊ DE BATATA	MACARRÃO ALHO E OLÉO
SALADA CRUA	COUVE, TOMATE E MILHO	ALFACE, CENOURA RALADA E BETERRABA	TOMATE, CEBOLA E ALFACE	TOMATE, PEPINO E CEBOLA EM RODELAS	COUVE E CENOURA RALADA	ACELGA, CENOURA RALADA E REPOLHO RALADO
SALADA COZIDA	CENOURA E VAGEM	BATATA DOCE E ABÓBORA	BETERRABA E BATATA DO REINO	BATATA DOCE E CENOURA	REPOLHO E QUIABO	ABOBRINHA E CENOURA
VEGETARIANA	HAMBURGUER DE LENTILHA	VAGEM COM RICOTA (TEMPERADA COM ERVAS)	PANQUECA DE SOJA	GRÃO DE BICO COM LEGUMES	TORTA DE LEGUMES	LASANHA DE SOJA
SOBREMESA	MELANCIA DOCE DE GOIABA	BANANA PÉ DE MOLEQUE	ABACAXI DOCE DE BANANA	MELANCIA COCADA	TANGE RINA DOCE DE LEITE	ABACAXI DOCE DE GOIABA COM CREME DE LEITE
SUCO	SUCO DE UMBU SUCO DE ACEROLA	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE GOIABA	SUCO DE MANGA SUCO DE UMBU	SUCO DE JENIPAPO SUCO DE GOIABA	SUCO DE MANGA SUCO DE UMBU	SUCO DE ACEROLA SUCO DE FRUTAS

CARDÁPIO JANTA 4ª Semana (22/07 – 26/07/24)

	Segunda- feira (22/07/24)	Terça -feira (23/07/24)	Quarta -feira (24/07/24)	Quinta-feira (25/07/24)	Sexta -feira (26/07/24)
PRATO PRINCIPAL	QUIABADA FILÉ DE FRANGO COM PIMENTÕES	PEIXE EM POSTAS FRITO CARNE MOÍDA COM MOLHO DE TOMATE	FRANGO EMPANADO CARNE COZIDA COM BATATAS	FRANGO XADREZ CHURRASCO MISTO (TOSCANA DE FRANGO, FRANGO E CARNE)	FRANGO COZIDO COM QUIABO ESCONDINDINHO DE CARNE DE SOL
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ COM AÇAFRÃO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ A GREGA ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	PURÊ DE BATATA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO	MACARRÃO	CUSCUZ TEMPERADO	SOPA DE LEGUMES COM LENTILHA E CARNE
SALADA CRUA	ALFACE, TOMATE E PEPINO	COUVE, REPOLHO E MANGA	REPOLHO ROXO, ALFACE E TOMATE	TABULE	CENOURA, BETERRABA E REPOLHO
SALADA COZIDA	VAGEM E BETERRABA, CHUCHU	BATATA DOCE E ABÓBORA	CHUCHU, CENOURA E MILHO VERDE	VINAGRETE	BATATA DOCE, ABÓBORA E MILHO
VEGETARIANA	ABOBRINHA RECHEADA COM SOJA	OMELETE COM COUVE E CENOURA RALADA	GRÃO DE BICO A XADREZ	SOJA COZIDA COM ABÓBORA E MOLHO	QUIBE COM QUEIJO RICOTA
SOBREMESA	MELANCIA DOCE DE GOIABA	ABACAXI PÉ DE MOLEQUE	BANANA ARROZ DOCE	LARANJA COCADA	MELÃO PAÇOCA
SUCO	SUCO DE GOIABA SUCO DE CAJU	SUCO DE ACEROLA SUCO DE MANGA	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE GOIABA	SUCO DE MANGA SUCO DE ACEROLA	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE GOIABA

Dra. Lorena Nunes
Nutricionista
CRN5- 22110/P

CARDÁPIO ALMOÇO 5ª Semana (29/07– 03/08/24)

	<i>Segunda-feira (29/07/24)</i>	<i>Terça-feira (30/07/24)</i>	<i>Quarta-feira (31/07/24)</i>	<i>Quinta-feira (01/08/24)</i>	<i>Sexta-feira (02/08/24)</i>	<i>Sábado (03/08/24)</i>
PRATO PRINCIPAL	FRICASSÉ DE FRANGO Lombo bovino	FÍGADO AO MOLHO STROGONOFF DE FRANGO	FRANGO EMPANADO VACA ATOLADA	LOMBO SUÍNO FRANGO AO CREME DE MILHO	MOQUECA DE PEIXE (com leite de coco) CARNE DESFIADA COM MILHO	CARNE DO SOL ACEBOLADA FRANGO ASSADO
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	<i>FEIJÃO CARIOCA</i> <i>ARROZ BRANCO</i> <i>ARROZ INTEGRAL</i>	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	<i>FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO</i> <i>ARROZ INTEGRAL</i>
GUARNIÇÃO	LEGUMES SAUTÉ	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	FAROFA DE MANTEIGA	PURÊ DE BATATA	PIRÃO COM CALDO DE PEIXE	<i>PURÊ DE AIPIM</i>
SALADA CRUA	CENOURA RALADA, BETERRABA E MILHO	TABULE	COUVE, REPOLHO E MANGA	REPOLHO ROXO, ALFACE E TOMATE	VINAGRETE	<i>ALFACE, BETERRABA E REPOLHO</i>
SALADA COZIDA	BATATA DOCE E ABÓBORA	BETERRABA E CENOURA	ABOBRINHA E BETERRABA	BATATA DO REINO E ABÓBORA	BANANA ASSADA	<i>ABÓBORA E MILHO, CHUCHU</i>
VEGETARIANA	FRICASSÉ DE SOJA	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO	BERINGELA EMPANADA	TORTA DE SOJA	MOQUECA VEGANA (grão de bico ou soja em grãos)	<i>ALMONDEGAS DE SOJA</i>
SOBREMESA	BANANA COCADA	MELÃO PÉ DE MOLEQUE	BANANA DOCE DE BANANA CASEIRO COM CALDA	MELANCIA COCADA	LARANJA PÉ DE MOLEQUE	ABACAXI DOCE DE BANANA
SUCO	SUCO DE FRUTAS SUCO DE ACEROLA	SUCO DE MANGA SUCO DE CAJU	SUCO DE ABACAXI SUCO DE UMBU	SUCO DE TAMARINDO SUCO DE ACEROLA	SUCO DE UMBU SUCO DE GOIABA	<i>SUCO DE CAJU SUCO DE ACEROLA</i>

Obs: cardápio sujeito a alterações, dependendo da disponibilidade em estoque

Dra. Lorena Nunes
Nutricionista
CRN5- 22110/P

CARDÁPIO JANTA 5ª Semana (29/07 – 02/08/24)

	Segunda-feira (29/07/24)	Terça-feira (30/07/24)	Quarta-feira (31/07/24)	Quinta-feira (01/08/24)	Sexta-feira (02/08/24)
PRATO PRINCIPAL	BISTECA SUÍNA BIFE DE FRANGO COM MILHO	PEIXE EMPANADO LASANHA A BOLONHESA	ENSOPADO DE FRANGO COM LEGUMES ISCA DE CARNE ACEBOLADA	FRIGIDEIRA DE CARNE FRANGO ASSADO	CARNE DE PANELA FRANGO XADREZ
PRATO BASE	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA ARROZ BRANCO ARROZ INTEGRAL
GUARNIÇÃO	CUSCUZ DE MILHO	SOPA DE MASSA COM LEGUMES	AIPIM COZIDO	CUSCUZ TEMPERADO	CALDO DE ABÓBORA COM CARNE
SALADA CRUA	ALFACE, RÚCULA E TOMATE	REPOLHO ROXO E CENOURA RALADA	TOMATE, PEPINO E ALFACE	COUVE, TOMATE E MILHO VERDE	ALFACE, REPOLHO ROXO RALADO E CENOURA
SALADA COZIDA	BETERRABA, CENOURA E CHUCHU	BATATA E BETERRABA	REPOLHO E CENOURA	CENOURA COM VAGEM	ABÓBORA E MILHO
VEGETARIANA	QUIBE DE SOJA	LASANHA DE SOJA	PANQUECA DE LEGUMES	FRIGIDEIRA DE LEGUMES	GRÃO DE BICO XADREZ
SOBREMESA	MELANCIA GOIABADA COM CREME DE LEITE	BANANA PÉ DE MOLEQUE	LARANJA DOCE DE BANANA	MAÇÃ COCADA	MELANCIA PÉ DE MOLEQUE E
SUCO	SUCO DE UMBU SUCO DE GOIABA	SUCO DE ABACAXI SUCO DE ACEROLA	SUCO DE GOIABA SUCO DE MANGA	SUCO DE MANGA SUCO DE CAJU	SUCO DE ABACAXI SUCO DE ACEROLA

SOPA DE LEGUMES: BATATA, CENOURA, CHUCHU, ABÓBORA

BATATA, ABÓBORA, CENOURA, REPOLHO

OPÇÕES



BATATA, CHUCHU, CENOURA, BETERRABA

BATATA, REPOLHO, ABÓBORA, BETERRABA

BATATA, CENOURA, ABÓBORA, QUIABO

BATATA, BETERRABA, CENOURA, ABOBORA

BATATA, REPOLHO, ABÓBORA, CHUCHU

BATATA, QUIABO, REPOLHO ROXO, CENOURA