



CARDÁPIO RESTAURANTE ALS – ALMOÇO/BARÃO PLUS



FEVEREIRO E MARÇO – 2019

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
PRIMEIRA SEMANA	Strogonoff de carne Frango assado Arroz integral/Feijão Panqueca 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango xadrez Cubos de carne Arroz/Feijão Massa integral 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Carne recheada Frango especial Arroz integral/Feijão Lasanha 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Cubos de frango com farofa Isclas de carne com ervilhas frescas Arroz/Feijão Pizza de abobrinha 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Almôndega ao sugo Peixe Arroz integral/Feijão Batata doce (com batata inglesa) 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas
SEGUNDA SEMANA	Lombinho ao molho de ervas Bife grelhado Arroz integral/Feijão Pastelão 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Carne de panela Frango à milanesa (assado) Arroz/Feijão Batata com molho branco 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Sobrecoxa grelhada Bife à rolê Arroz integral/Feijão Massa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango grelhado Bolonesa Arroz/Feijão Purê de batata 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Cupim assado Frango caipira Arroz integral/Feijão Polenta cremosa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas
TERCEIRA SEMANA	Strogonoff de carne Frango assado Arroz integral/Feijão Batata com milho e ervilha 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango xadrez Cubos de carne Arroz/Feijão Pão quente de legumes 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Carne recheada Frango especial Arroz integral/Feijão Aipim (com batata inglesa) 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Cubos de frango com farofa Isclas de carne com ervilhas frescas Arroz/Feijão Quibe de abóbora 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Almôndega ao sugo Peixe Arroz integral/Feijão Massa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas
QUARTA SEMANA	Lombinho ao molho de ervas Bife grelhado Arroz integral/Feijão Batata sauté 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Carne de panela Frango à milanesa (assado) Arroz/Feijão Massa integral 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Sobrecoxa grelhada Bife à rolê Arroz integral/Feijão Nhoque 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango grelhado Bolonesa Arroz/Feijão Purê de batata 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Cupim assado Frango caipira Arroz integral/Feijão Polenta cremosa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas

OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação dos clientes/crianças. 2) Feijão será variado entre: vermelho, carioca e preto. 3) Os molhos das carnes e o molho sugo serão feitos de forma caseira (não industrializado/pronto). 4) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 5) No almoço será servido água. Feijão será variado entre: vermelho, carioca e preto. 6) As saladas serão variadas entre (folhosas, cozidas e cruas), coloridas e serão priorizadas as da estação. 7) Salada de frutas será elaborada com no mínimo 3 tipos de frutas diferentes e serão priorizadas as frutas da estação. 8) **Fevereiro: Semana 1: Dia 04 a 08. Semana 2: Dia 11 a 15. Semana 3: Dia 18 a 22. Semana 4: Dia 25 a 01/03.** 9) **Março: Semana 1: Dia 06 a 08. Semana 2: Dia 11 a 15. Semana 3: Dia 18 a 22. Semana 4: Dia 25 a 29.**

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: DEBORA MELCHIORETTO CRN10 – 3304.



CARDÁPIO RESTAURANTE ALS – LANCHE/BARÃO PLUS



FEVEREIRO E MARÇO – 2019

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
PRIMEIRA SEMANA	Sanduíche natural Biscoito integral doce Suco de laranja Frutas da estação	Bolo de coco Biscoito salgado Chá de hortelã Frutas da estação	Granola Iogurte Torrada com manteiga Frutas da estação	Pão caseiro com patê de sardinha Biscoito de leite Suco de abacaxi Frutas da estação	Bolo integral Rosca (coruja) Suco de morango Frutas da estação
SEGUNDA SEMANA	Esfirra de frango Biscoito integral doce Suco de maracujá Frutas da estação	Pão integral com nata e doce de fruta (caseiro) Biscoito salgado Leite Frutas da estação	Bolo amanteigado Rosquinha de polvilho Chá de maçã Frutas da estação	Pastel de carne (assado) Biscoito de leite Suco de uva Frutas da estação	Pão francês com creme de ricota Pipoca com mel de abelha Suco de limão Frutas da estação
TERCEIRA SEMANA	Bolo integral Brusquetas Chá de erva doce Frutas da estação	Bauru de tomate e queijo Biscoito integral doce Suco de melancia Frutas da estação	Pão dog com molho bolonhesa Biscoito de leite Suco de acerola Frutas da estação	Bolo de cenoura Leite com chocolate em pó 50% cacau Rosca (coruja) Frutas da estação	Massinha Biscoito integral salgado Suco de mamão Frutas da estação
QUARTA SEMANA	Pão integral com maionese de abacate, tomate e cenoura Biscoito doce Suco de laranja Frutas da estação	Bolo integral Rosquinha Vitamina de fruta Frutas da estação	Caça de abacaxi Torrada com requeijão Suco de pêsego Frutas da estação	Pão de aipim com banana quente Biscoito salgado Chá camomila Frutas da estação	Bolo de cacau Croutons Suco de kiwi Frutas da estação

OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Serão priorizadas as frutas da estação. Frutas como banana, maçã e laranja terá todos os meses do ano. 3) Os bolos serão servidos sem cobertura. 4) Se necessário adoçar (suco ou chá), será utilizado o açúcar demerara. 5) Nos meses mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos em temperatura ambiente. 6) Fevereiro: Semana 1: Dia 04 a 08. Semana 2: Dia 11 a 15. Semana 3: Dia 18 a 22. Semana 4: Dia 25 a 01/03. 7) Março: Semana 1: Dia 06 a 08. Semana 2: Dia 11 a 15. Semana 3: Dia 18 a 22. Semana 4: Dia 25 a 29.

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: DEBORA MELCHIORETTO CRN10 – 3304.