

## JUNHO E JULHO – 2019

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>PRIMEIRA SEMANA</b>	Frango recheado Carne de panela Arroz integral/Feijão Abóbora refogada 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Bife grelhado Frango caipira Arroz/Feijão Massa integral 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Peixe Bolonesa Arroz integral/Feijão Purê de batata 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango especial Isca de carne colorida Arroz/Feijão Pão quente 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Sobrecoxa grelhada Kibe (assado) Arroz integral/Feijão Massa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas
<b>SEGUNDA SEMANA</b>	Carne recheada Frango grelhado Arroz integral/Feijão Sopa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Carne bovina assada Strogonoff de frango Arroz/Feijão Ravioli 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango à milanesa (assado) Cubo bovino xadrez Arroz integral/Feijão Batata ao molho branco 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Lombinho ao molho Almôndegas (assada) Arroz/Feijão Polenta cremosa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Bife à rolê Frango assado Arroz integral/Feijão Massa integral 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas
<b>TERCEIRA SEMANA</b>	Frango recheado Carne de panela Arroz integral/Feijão Talharem de cenoura 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Bife grelhado Frango caipira Arroz/Feijão Batata rústica (assada) 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Peixe Bolonesa Arroz integral/Feijão Purê de batata 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango especial Isca de carne colorida Arroz/Feijão Sopa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Sobrecoxa grelhada Kibe (assado) Arroz integral/Feijão Repolho colorido 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas
<b>QUARTA SEMANA</b>	Carne recheada Frango grelhado Arroz integral/Feijão Batata com milho e ervilha 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Carne bovina assada Strogonoff de frango Arroz/Feijão Risoto 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Frango à milanesa (assado) Cubo bovino xadrez Arroz integral/Feijão Massa integral 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Lombinho ao molho Almôndegas (assada) Arroz/Feijão Polenta cremosa 5 tipos de saladas Sobremesa: salada de frutas	Bife à rolê Frango assado Arroz integral/Feijão Crema de milho 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) Junho: Semana 1: Dia 03 a 07. Semana 2: Dia 10 a 14. Semana 3: Dia 17 a 21. Semana 4: Dia 24 a 28. 9) Julho: Semana 1: Dia 01 a 05. Semana 2: Dia 08 a 12. Semana 3: Dia 15 a 19. Semana 4: Dia 22 a 26. Semana 1: Dia 29/07 a 02/08.**

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



## CARDÁPIO RESTAURANTE ALS – LANCHE

**JUNHO E JULHO – 2019**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>PRIMEIRA SEMANA</b>	Bolo formigueiro Biscoito salgado Chá de maçã Frutas da estação	Pastel de pizza (assado) Biscoito de leite Suco de laranja Frutas da estação	Pão de sanduíche com patê de sardinha (caseiro) Biscoito integral doce Suco de acerola Frutas da estação	Bolo integral Torrada com requeijão Leite Frutas da estação	Esfirra de carne Rosquinha de polvilho Suco de maracujá Frutas da estação
<b>SEGUNDA SEMANA</b>	Pão integral com queijo Biscoito doce Suco de melancia Frutas da estação	Bolo de cacau Rosca (coruja) Chá de hortelã Frutas da estação	Pizza de milho Biscoito salgado Suco de maracujá Frutas da estação	Pão caseiro com nata e mel de abelha Biscoito integral doce Leite com chocolate 50% cacau Frutas da estação	Bolo integral Brusqueta Suco de mamão Frutas da estação
<b>TERCEIRA SEMANA</b>	Granola Torrada com manteiga Iogurte Frutas da estação	Pão integral com creme de ricota Biscoito salgado Suco de abacaxi Frutas da estação	Bolo de coco Rosca (coruja) Suco de uva Frutas da estação	Bauru Biscoito de leite Suco de kiwi Frutas da estação	Pão francês com ovos mexidos Rosquinha de polvilho Chá de camomila Frutas da estação
<b>QUARTA SEMANA</b>	Bolo integral Pipoca com melado de cana Suco de limão Frutas da estação	Cuca de abacaxi Rosca (coruja) Vitamina de fruta Frutas da estação	Pão integral com banana quente Biscoito salgado Chá de erva-doce Frutas da estação	Bolo de laranja Crótons Suco de morango Frutas da estação	Trouxinha de frango Biscoito doce Água de coco 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) **Junho: Semana 1: Dia 03 a 07. Semana 2: Dia 10 a 14. Semana 3: Dia 17 a 21. Semana 4: Dia 24 a 28.** 7) **Julho: Semana 1: Dia 01 a 05. Semana 2: Dia 08 a 12. Semana 3: Dia 15 a 19. Semana 4: Dia 22 a 26. Semana 5: Dia 29/07 a 02/08.**

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