

Cardápio Integral - Almoço - Abril e Maio 2017

1ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bife	Carne de panela	Iscas de carne c/ brócolis	Carne recheada	Almôndegas
Frango ao curry	Bisteca suína	Filé de peito ao sugo	Frango grelhado	Iscas de frango coloridas
Sufê de legumes	Polenta	Macarrão	Panqueca integral ao sugo	Macarrão
Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Saladas variadas	Saladas variadas	Saladas variadas	Saladas variadas	Saladas variadas

2ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bife	Carne ao molho madeira	Peixe	Bife à rolê	Molho bolonhesa
Frango com legumes	Frango grelhado	Iscas de carne ao sugo	Frango assado	Frango grelhado
Batata cozida	Aipim	Macarrão integral	Nhoque ao sugo	Batata rústica
Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Feijão	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral
Feijão	Feijão	Saladas variadas	Feijão	Feijão
Saladas variadas	Saladas variadas		Saladas variadas	Saladas variadas

3ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bife	Carne de panela	Iscas de carne c/ brócolis	Carne recheada	Almôndegas
Frango ao curry	Bisteca suína	Filé de peito ao sugo	Frango grelhado	Iscas de frango coloridas
Purê de batata	Macarrão de espinafre	Lasanha de legumes	Macarrão integral	Macarrão
Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Feijão	Arroz/Arroz integral
Feijão	Feijão	Feijão	Saladas variadas	Feijão
Saladas variadas	Saladas variadas	Saladas variadas		Saladas variadas

4ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Bife	Carne ao molho madeira	Peixe	Bife à rolê	Molho bolonhesa
Frango com legumes	Frango grelhado	Iscas de carne ao sugo	Frango assado	Frango grelhado
Macarrão integral	Penne colorido	Batata doce	Polenta	Batata rústica
Arroz/Feijão	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral	Arroz/Arroz integral
Saladas variadas	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Saladas variadas	Saladas variadas	Saladas variadas	Saladas variadas

Observação: Como sobremesa será servida diariamente salada de fruta. As saladas e frutas oferecidas serão de acordo com a disponibilidade e sazonalidade das mesmas. A água será oferecida em livre demanda diariamente.

Giane Leffa Fraga (Nutricionista - CRN₁₀ 3538)

Cardápio Integral - Lanche - Abril e Maio 2017

1ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pão caseiro com geléia Biscoito salgado Suco natural Fruta	Bolo integral de banana Torrada com manteiga Chá de camomila Fruta	Pão de leite com queijo e cenoura ralada Biscoito doce Suco natural Fruta	Bolo de laranja Rosquinha de polvilho Leite Fruta	Esfiha integral de queijo e tomate Biscoito de leite Chá de morango Fruta

2ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pão de batata com frango Biscoito de leite Suco natural Fruta	Pão francês com mel Biscoito salgado Chá de erva cidreira Fruta	Bolo de cacau e castanha Rosquinha de polvilho Leite Fruta	Pão de linhaça com queijo, alface e beterraba ralada Biscoito doce Suco natural Fruta	Bolo de coco Torrada integral com manteiga Chá de maçã Fruta

3ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Massinha Torrada integral com requeijão Chá de camomila Fruta	Pão integral com queijo e tomate Biscoito doce Suco natural Fruta	Pão de leite com manteiga Orelha de gato assada Leite Fruta	Bolo integral de maçã Biscoito doce Chá de morango Fruta	Hamburgão Rosquinha de polvilho Suco natural Fruta

4ª Semana:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pastel assado de carne Biscoito doce Suco natural Fruta	Bolo de cacau e mel Rosquinha de polvilho Chá de erva cidreira Fruta	Pão francês com queijo e alface Biscoito de leite Suco natural Fruta	Bolo inglês Biscoito integral Chá de maçã Fruta	Pão integral com requeijão Cereal Iogurte Fruta

Observação: as frutas oferecidas serão de acordo com a disponibilidade e sazonalidade das mesmas. A água será oferecida em livre demanda, diariamente.

Giane Leffa Fraga (Nutricionista - CRN₁₀ 3538)