



Cardápio
Dezembro 2019

Almoço	Segunda 02/12	Terça 03/12	Quarta 04/12	Quinta 05/12	Sexta 06/12
Duas Saladas Cruas	Alface c/ Tomate Beterraba	Alface c/ Tomate Pepino	Alface c/ Tomate Couve Folha Filete	Alface c/ Tomate Rúcula	Alface c/ Tomate Repolho
Uma Salada Cozida	Cenoura Palito c/ Milho	Ovos de Codorna Cozidos	Vagem e Repolho	Milho, Ervilha e Cenoura	Beterraba e Ervilha
Guarnição	Nhoque	Purê de Batata	Batata Palito Assada	Macarrão ao Alho e Óleo	Purê de Batata
Acompanhamento	Feijão Arroz Branco Arroz Integral	Feijão Preto Arroz Branco Arroz Integral	Feijão Arroz Branco Arroz Integral	Feijão Preto Arroz Branco Arroz Integral	Feijão Arroz Branco Arroz Integral
Prato Principal	Frango à Espanhola	Lasanha	Strogonoff de Frango	Filé de Frango à Milanesa	Empadão de Frango
Opção	Isclas de Carne Acebolada	Frango Grelhado	Bife Acebolado	Quiabada	Isclas de Carne ao Molho
Sobremesa	Frutas	Frutas	Frutas / Gelatina	Frutas	Frutas / Brigadeiro
Bebidas	Suco de Laranja Maracujá Água de Coco	Suco Laranja Manga Água de Coco	Suco Laranja Goiaba Água de Coco	Suco Laranja Maracujá Água de Coco	Suco Laranja Manga Água de Coco

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Mônica Magalhães
CRN-5 n° 13252



Cardápio
Dezembro 2019

Almoço	Segunda 09/12	Terça 10/12	Quarta 11/12	Quinta 12/12	Sexta 13/12
Duas Saladas Cruas	Alface c/ Tomate Repolho	Alface c/ Tomate Chuchu c/ Coentro	Alface c/ Tomate Abobrinha	Alface c/ Tomate Pepino	Alface c/ Tomate Beterraba
Uma Salada Cozida	Cenoura	Vagem, Milho e Ervilha	Brócolis Refogado	Lentilha e milho	Couve Refogada
Guarnição	Macarrão ao Alho e Óleo	Farofa	Purê de Batata	Batata Palito Assada	Macarrão ao Alho e Óleo
Acompanhamento	Feijão Preto Arroz Branco Arroz Integral c/ Cenoura	Feijão Arroz Branco Arroz Integral	Feijão Preto Arroz Branco Arroz Integral	Feijão Arroz Branco Arroz Integral c/ Brócolis	Feijão Preto Arroz Branco Arroz Integral
Prato Principal	Carne de Panela	Frango à Rolê	Almondegas de Carne ao Molho	Frango ao Molho de Laranjas	Frango Grelhado
Opção	Omelete de Frango	Iscas de Carne Acebolada	Frango Grelhado	Panqueca de Carne	Bife de Carne à Espanhola
Sobremesa	Frutas	Frutas/ Gelatina	Frutas	Frutas/ Mousse	Frutas
Bebidas	Suco de Laranja Acerola Água de Coco	Suco Laranja Cajá Água de Coco	Suco Laranja Goiaba Água de Coco	Suco Laranja Manga Água de Coco	Suco Laranja Maracujá Água de Coco

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Mônica Magalhães
CRN-5 n° 13252