



Cardápio

Maio 2019

Almoço	Quinta 02/05	Sexta 03/05
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Cenoura	Alface c/ tomate Pepino
1 salada cozida	Batata c/ salsa	Abobrinha, milho e ervilha
Guarnição	Frigideira de repolho	Feijão tropeiro
Acompanhamento	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Frango a rolê	Isca de carne
Opção	Lombo recheado ao molho	Lasanha de frango c/ queijo e presunto
Sobremesa	Fruta/barrinha	Fruta
Bebidas	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco

*Cardápio sujeito a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Debora Santana
CRN5 8343



Cardápio
Maio 2019

Almoço	Segunda 06/05	Terça 07/05	Quarta 08/05	Quinta 09/05	Sexta 10/05
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Rúcula	Alface c/ tomate Tomate cereja com acelga	Alface c/ tomate Vinagrete	Alface c/ tomate Beterraba	Alface c/ tomate Cenoura
1 salada cozida	Ovo c/ orégano	Beterraba c/ ervilha	Seleta	Cozido	Jardineira de legumes
Guarnição	Banana da terra assada	Aipim cozido	Legumes gratinados	Pirão	Espaguete temperado
Acompanhamento	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Parmegiana de frango	Cubinhos de carne acebolada	Coxa e sobrecoxa assadas	Cozido	Carne moída ao molho
Opção	Quiabada	Torta frango com banana e creme de ricota	Filé de peixe a vinagrete	Frango grelhado	Frango à milanesa
Sobremesa	Fruta	Fruta/gelatina	Frutas	Frutas/mousse	Frutas
Bebidas	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco	Suco laranja/ Maracujá Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco

*Cardápio sujeito a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Debora Santana
CRN5 8343



Cardápio

Maio 2019

Almoço	Segunda 13/05	Terça 14/05	Quarta 15/05	Quinta 16/05	Sexta 17/05
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Tomate cereja com acelga	Alface c/ tomate Beterraba	Alface c/ tomate Cenoura	Alface c/ tomate Vinagrete	Alface c/ tomate Pepino
1 salada cozida	Couve-flor e beterraba	Brócolis c/ cenoura	Seleta	Beterraba c/ abobrinha	Cenoura e batata
Guarnição	Farofa	Purê de batata	Legumes sauté	Espaguete temperado	Legumes cozidos/Macarrão ao alho e óleo
Acompanhamento	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Panqueca de aveia c/ frango	Frango grelhado	Charuto de repolho c/ carne moída	Churrasco misto	Frango grelhado
Opção	Ensopado de carne c/ batatas	Bife rolê de carne c/ cenoura	Isca de frango	Ensopado de peixe	Almôndega ao molho
Sobremesa	Frutas/barrinha	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas/brigadeiro
Bebidas	Suco laranja/ Acerola Água de coco	Suco laranja/ Maracujá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco

*Cardápio sujeito a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Debora Santana
CRN5 8343



Cardápio
Maio 2019

Almoço	Segunda 20/05	Terça 21/05	Quarta 22/05	Quinta 23/05	Sexta 24/05
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Rúcula, ricota	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Vinagrete	Alface c/ tomate Beterraba	Alface c/ tomate Cenoura
1 salada cozida	Brócolis refogado	Couve folha	Jardineira de legumes	Lentilha e milho	Ovo de codorna c/ orégano
Guarnição	Macarrão	Legumes salteados	Purê de aipim	Batata doce assada	Batata dorê
Acompanhamento	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Isca de frango ao molho	Frango ao molho de mostarda	Carne do sol acebolada	Frango delícia	Mini hambúrguer caseiro de carne moída
Opção	Carne moída refogada	Filé de peixe assado	Frango grelhado	Torta de carne seca c/ banana da terra	Strogonoff de frango
Sobremesa	Frutas	Frutas	Frutas/pavê	Frutas	Frutas/gelatina
Bebidas	Suco laranja/ Maracujá Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Acerola Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco

*Cardápio sujeito a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Debora Santana
CRN5 8343



Cardápio
Maio 2019

Almoço	Segunda 27/05	Terça 28/05	Quarta 29/05	Quinta 30/05	Sexta 31/05
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Folhas verdes c frutas	Alface c/ tomate Beterraba	Alface c/ tomate Cenoura	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Vinagrete
1 salada cozida	Couve refogado, chuchu e milho	Couve folha	Batata c/ alecrim	Cenoura c/ vagem	Seleta
Guarnição	Legumes cozidos	Purê de abóbora	Banana da terra cozida	Farofa/ Macarronada	Macarrão
Acompanhamento	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Omelete de frango	Bife de carne a cavalo	Rocambole de frango c/ ricota	Isca de carne ao molho	Frango grelhado
Opção	Nhoque de batata doce ao molho bolonhesa	Filé de peixe ao molho	Bife de carne acebolado	Strogonoff de frango	Carne moída ao molho à bolonhesa
Sobremesa	Frutas	Frutas/barrinha	Frutas	Frutas/pudim	Frutas
Bebidas	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Maracujá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Acerola Água de coco

*Cardápio sujeito a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Debora Santana
CRN5 8343