



Cardápio

Dezembro 2017

Almoço	Sexta 01/12
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Repolho roxo
1 salada cozida	Couve folha
Complemento	Purê de batata
Guarnição	Feijão Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Estrogonofe de frango
Opção	Filé de carne grelhada com cebola
Sobremesa	Frutas/ brigadeiro
Bebidas	Suco laranja/ manga Água de coco

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697



Cardápio
Dezembro 2017

Almoço	Segunda 04/12	Terça 05/12	Quarta 06/12	Quinta 07/12	Sexta 08/12
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Mix de folhas	Alface c/ tomate Beterraba	Alface c/ tomate Vinagrete	Alface c/ tomate Acelga c/ manga	Feriado
1 salada cozida	Batata doce	Ovo	Feijão fradinho e banana da terra	Lentilha	Feriado
Complemento	Legumes gratinado	Purê de batata	Abóbora c/ quiabo	Legumes sauté	Feriado
Guarnição	Feijão Arroz branco Arroz integral Espaguete ao alho e óleo	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feriado
Prato principal	Filé de carne ao molho	Filé de frango a parmegiana	Ensopado de frango	Lasanha	Feriado
Opção	Omelete de frango	Filé de peixe ao molho	Panqueca colorida de queijo	Frango grelhado	Feriado
Sobremesa	Frutas	Frutas/ barrinha	Frutas	Frutas	Feriado
Bebidas	Suco laranja/ maracujá Água de coco	Suco laranja/ uva Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Feriado

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697



Cardápio

Dezembro 2017

Almoço	Segunda 11/12	Terça 12/12	Quarta 13/12	Quinta 14/12	Sexta 15/12
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Vinagrete	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Acelga c/ abacaxi	Alface c/ tomate Beterraba	
1 salada cozida	Ervilha c/ beterraba	Milho c/ chuchu	Vagem	Seleta	
Complemento	Suflê de cenoura	Batata assada	Legumes sauté	Purê de batata	
Guarnição	Feijão Arroz branco Arroz integral Macarrão ao alho e óleo	Feijão c/ abóbora Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral Macarrão ao alho e óleo	
Prato principal	Bife de carne acebolado	Fricassê de frango	Empadão de frango	Filé de frango grelhado	
Opção	Filezinho de frango com molho	Bife á rolê de carne com cenoura	Filé de peixe assado com molho	Isca de carne com molho	
Sobremesa	Frutas	Frutas/ mousse	Frutas	Frutas	
Bebidas	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco	Suco laranja/ Uva Água de coco	

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697