

CARDÁPIO DO ALMOÇO INTEGRAL

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			01/Mai	02/Mai
			FERIADO	FERIADO
05/Mai	06/Mai	07/Mai	08/Mai	09/Mai
ISCA DE CARNE GRELHADA FEIJÃO ARROZ COUVE FLOR NO AZEITE SALADA ALFACE/PEPINO FRUTA SUCO NATURAL	PENNE AO MOLHO BRANCO FILÉ DE FRANGO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ALFACE/TOMATE FRUTA SUCO NATURAL	PICADINHO SUÍNO FEIJÃO PRETO ARROZ BATATA DOCE ASSADA SALADA MISTA FRUTA SUCO NATURAL	FILÉ DE FRANGO A MILANESA FEIJÃO ARROZ PURÊ DE BATATA SALADA DE ALFACE/BETERRABA FRUTA SUCO NATURAL	CARNE MOÍDA COM CENOURA FEIJÃO ARROZ CHUCHU AO ALHO SALADA ALFACE/MILHO FRUTA SUCO NATURAL
12/Mai	13/Mai	14/Mai	15/Mai	16/Mai
OMELETE COM QUEIJO FEIJÃO ARROZ PALITO DE CENOURA SAUTÉ SALADA ALFACE/TOMATE FRUTA SUCO NATURAL	ESPAGUETE A BOLONHESA BRÓCOLIS ALHO E ÓLEO SALADA MISTA FRUTA SUCO NATURAL	BISTECA ACEBOLADA FEIJÃO PRETO ARROZ COUVE REFOGADO FAROFA SALADA ALFACE/CENOURA FRUTA SUCO NATURAL	ESTROGONOFE DE FRANGO FEIJÃO ARROZ BATATA PALHA ABOBRINHA NA SALSA SALADA ALFACE/CENOURA FRUTA SUCO NATURAL	PICADINHO COM BATATA FEIJÃO ARROZ COUVE FLOR AO ALHO SALADA ALFACE/BETERRABA FRUTA SUCO NATURAL
19/Mai	20/Mai	21/Mai	22/Mai	23/Mai
CONTRA FILÉ GRELHADO FEIJÃO ARROZ BETERRABA NO AZEITE SALADA ALFACE/PEPINO FRUTA SUCO NATURAL	PENE MOLHO TOMATE ISCA DE FRANGO GRELHADA CHUCHU NO AZEITE SALADA ALFACE/TOMATE FRUTA SUCO NATURAL	PICANHA SUÍNA FEIJÃO PRETO ARROZ BATATA CORADA SALADA MISTA FRUTA SUCO NATURAL	COXINHA DA ASA FEIJÃO ARROZ PURÊ DE ABÓBORA SALADA VERDE FRUTA SUCO NATURAL	KIBE DE FORNO FEIJÃO ARROZ ABOBRINHA NO AZEITE SALADA ALFACE/TOMATE FRUTA SUCO NATURAL
26/Mai	27/Mai	28/Mai	29/Mai	30/Mai
FILÉ DE FRANGO COM TOMATE FEIJÃO ARROZ FIOS DE CENOURA REFOGADO SALADA ALFACE/TOMATE FRUTA SUCO NATURAL	HAMBURGUER A PIZZAIOLA ESPAGUETE NA MANTEIGA BRÓCOLIS NO AZEITE SALADA DE ALFACE/PEPINO FRUTA SUCO NATURAL	PICANHA SUÍNA FEIJÃO PRETO ARROZ COUVE REFOGADO FAROFA SALADA ALFACE/TOMATE FRUTA SUCO NATURAL	FRANGO XADREZ FEIJÃO ARROZ FIOS DE ABOBRINHA NA SALSA SALADA MISTA FRUTA SUCO NATURAL	CONTRA FILÉA PARMEGIANA FEIJÃO ARROZ BATATA PALITO ASSADA SALADA ALFACE/LARANJA FRUTA SUCO NATURAL

Observações:

1. As frutas e sucos serão oferecidos de maneira alternada e de acordo com a época do ano
2. Lista de frutas: Banana, Pera, Maçã, Melancia, Melão, Goiaba, Abacaxi, Laranja, Mamão, Mexerica, Manga, Pêssego e Abacate.
3. Lista de sucos: Laranja, Limão, Maiaçujá, Goiaba, Manga, Caju, Uva, Abacaxi, Abacaxi com Hortelã, Laranja com Acerola, Laranja com Mamão, Morango, Mamão com Acerola.

NÍDIA PAULA BEZERRA
NUTRICIONISTA CRN3-79482