

CARDÁPIO SEMANAL 11 a 15-06-18

| LANCHE DE INTERVALO | COMPOSIÇÃO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|---------------------|---------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| | PÃO | Pão Milho | Pão francês | Pão Francês | pão de côco | Pão francês |
| | PREPARAÇÃO | Biscoito de Queijo | bolo formigueiro | rosca com leite condensado | pão francês | bolo de fubá com chocolate |
| | BEBIDAS | Café sem açúcar, Leite, Refresco | Café sem açúcar, Leite, Refresco | Café sem açúcar, Leite, Refresco | Café sem açúcar, Leite, Refresco | Café sem açúcar, Leite, Refresco |
| | COMPLEMENTOS | Açúcar, Adoçante, Margarina | Açúcar, Adoçante, Margarina | Açúcar, Adoçante, Margarina | Açúcar, Adoçante, Margarina | Açúcar, Adoçante, Margarina |

| ALMOÇO | COMPOSIÇÃO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--------|--------------------------|------------------------------------|------------------------------|--|-----------------------------------|---|
| | SALADA | Alface com repolho e beterraba | Chicórea com pepino e tomate | Cenoura ralada com ervilha e alface | Rucula com abacaxi e abobrinha | alface com chuchu e tomate |
| | PRATO PRINCIPAL | Pernil Assado | Carne moída com milho | File de Frango Grelhado | Carne de Panela | Frango xadrez (cubos. Shoyo, pim verde, cebola) |
| | PRATO VEGETARIANO | Refogado de grãos (soja, f. preto) | ovos cozidos ao molho rose | virado de lentilha (lentilha, farinha, temperos) | bolinho de grão de bico com arroz | torta de ovos com milho |
| | GUARNIÇÃO | Quibebe de Abóbora | Batata Doce Assada | legumes (cen, chu, vagem) | couve refogada | Espaguete ao Sugo |
| | ACOMPANHAMENTO | Arroz / Feijão | Arroz / Feijão com calabreza | Arroz / Feijão | Arroz / Feijão | Arroz / Feijão |
| | SOBREMESA | mamão | laranja | maçã | melancia | banana |
| | BEBIDA | morango | caju | maracujá | abacaxi | limão |

| JANTAR | COMPOSIÇÃO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--------|--------------------------|-------------------------------------|---|---|--------------------------------------|--|
| | SALADA | Repolho bicolor com tomate e alface | Alface, abobrinha e rabanete | acelga com manga e beterraba cozida | alface com beringela e tomate | Repolho roxo com cenoura e mostarda |
| | PRATO PRINCIPAL | Arroz com frango desfiado e açafrão | Macarrão com carne de sol desfiada + molho branco | Arroz carreteiro (carne de sol, temperos e milho) | Cubos de frango ao molho de mostarda | Panelinha (arroz, cubos bovinos, calabreza, tomate, cebolinha) |
| | PRATO VEGETARIANO | PTN de soja refogada | lentilha com tomate | Arroz chinês (ovo mexido, cenoura, cebolinha) | Soja refogada | ovos cozidos |
| | ACOMPANHAMENTO | arroz branco | | | arroz branco | |
| | SOBREMESA | mamão | laranja | maçã | melancia | banana |
| | BEBIDA | morango | caju | maracujá | abacaxi | limão |