

CARDÁPIO SEMANAL 04 a 08-06-18

LANCHE DE INTERVALO	COMPOSIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	PÃO	Pão Hot dog	Pão Francês	Pão Frânces	Pão Francês	pão careca
	PREPARAÇÃO	pão de queijo	rosca caracol com creme	Bolo de Cenoura com calda de chocolate	bisnaguinha de milho	Bolo de 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	Vinagrete de legumes: cenoura, pepino, milho e couve	Agrião, tomate, abobora	Batata palha, cenoura ralada, couve	Tomate, alface, feijão fradinho	Tomate, repolho verde, Alface crespa
	PRATO PRINCIPAL	Isca bovina acebolada	File de peixe assado com molho vermelho	Coxa s/ coxa assada com limão	Carne de sol	File de frango grelhado
	PRATO VEGETARIANO	Quibe de soja	ovos fritos	panqueca de lentilha (massa de panqueca -leite, farinhatgo, ovos, oleo soja; recheada com lentilha refogada)	Ovo cozido ao sugo	estrogonofe de grão de bico
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	pirão	polenta ao sugo	mandioca cubinhos cozida com leite de côco	Caçarola de legumes (cenoura, chuchu e vagem)
	ACOMPANHAMENTO	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão	Arroz / Feijão
	SOBREMESA	Banana	melancia	melão	Laraja	mamão
	BEBIDA	Maracujá	Laranja	Uva	goiaba	Morango

JANTAR	COMPOSIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	SALADA	Acelga , tomate , rabanete	Couve flor , agrião , beterraba	Repolho roxo, chicoria , tomate	tomate , rúcula, abobrinha	Alface, cenoura ralada, tomate
	PRATO PRINCIPAL	Escondidinho de batata e frango	Baiao de dois com calabreza (arroz, fj carioca, calabreza e temperos)	Macarrão a bolonhesa/molho branco	Arroz com costela (costela desfida, ervilha, cenoura,colorau)	Arroz biro-biro , carne moida , extrato, batata palha
	PRATO VEGETARIANO	Panqueca de legumes (massa recheada com cenoura e brocolis. Regada com molho de tomate e gratinada)	ovos cozidos	Grão de Bico c/milho	Omelete de batata	Torta de couve flor
	ACOMPANHAMENTO	Arroz branco	Arroz branco			
	SOBREMESA	Banana	melancia	melão	Laranja	Mamão
	BEBIDA	Maracujá	Laranja	Uva	goiaba	Morango