



Cardápio - outubro 2018

Cardápio	Segunda 01/10	Terça 02/10	Quarta 03/10	Quinta 04/10	Sexta 05/10
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
Complemento	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco/ Arroz à grega Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral c/ brócolis	Feijão Arroz branco Arroz c/ cenoura Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo	Risoto de peito de peru	Purê de batata	Legumes sauté	Batatas ao forno
Prato principal	Almôndega de carne	Frango xadrez	Bife à cavala	Lasanha	Bobo de camarão
Opção	Rocambole de frango	Rolinho primavera	Filé de peixe ao molho	Mexidinho	Pizza
Opção prato principal	Frango	Carne/ carne com molho	Frango/ frango com molho	Carne/carne com molho	Frango



Cardápio - outubro 2018

Cardápio	Segunda 08/10	Terça 09/10	Quarta 10/10	Quinta 11/10	Sexta 12/10
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
Complemento	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral c/brócolis	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feriado
Guarnição	Penne ao molho quatro queijos	Feijão tropeiro	Batatas palitos assado	Batatas coradas	Feriado
Prato principal	Lombinho suíno ao molho	Churrasco misto (Carne e frango)	Strogonoff de carne	Yakissoba de carne, frango e legumes	Feriado
Opção	Panqueca de carne	Torta cremosa de brócolis	Torta de legumes	Filé de peixe a milanesa	Feriado
Opção prato principal	Frango	Carne/carne com molho	Frango/ frango com molho	Carne/ carne com molho	Feriado

Nutricionista: Annette Sobral CRN5764



Cardápio - outubro 2018

Cardápio	Segunda 15/10	Terça 16/10	Quarta 17/10	Quinta 18/10	Sexta 19/10
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
Complemento	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Spaghetti a bolonhesa	Purê de batata	Legumes sauté	Vatapá	Couve refogado
Prato principal	Bife ao molho com batatas	Fricassé de frango	Lasanha mista	Caruru	Feijoada
Opção	Quiche de queijo com alho poro	Rolinho de salmão	Medalhão de carne	Xinxim de galinha	Pizza
Opção prato principal	Frango grelhado	Carne/carne com molho	Frango	Carne/carne com molho	Frango/ frango grelhado



Cardápio - outubro 2018

Cardápio	Segunda 22/10	Terça 23/10	Quarta 24/10	Quinta 25/10	Sexta 26/10
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
Complemento	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Espaguete ao alho e óleo	Batatas palito assada	Torta de frango	Verduras do cozido	Batatas coradas
Prato principal	Hambúrguer gourmet de frango artesanal	Estrogonofe de frango	Yakissoba de carne com frango e legumes	Carne do cozinheiro	Lasanha de camarão
Opção	Torta de cebola	Ravióli ao molho branco	Quibe vegetariano	Pirão do cozido	Pizza
Opção prato principal	Frango grelhado	Carne/ carne com molho	Frango	Frango grelhado	Carne



Cardápio	Segunda 29/10	Terça 30/10	Quarta 31/10		
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
Complemento	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral		
Guarnição	Espaguete ao molho sugo	Rondelli	Torta de brócolis		
Prato principal	Bife alemão	Filé de frango á parmegiana	Yakissoba de carne com frango e legumes		
Opção	Bolinho de queijo	Filé de peixe ao molho	Bife ao molho		
Opção prato principal	Frango grelhado	Carne/ carne com molho	Frango		