



### Cardápio - março 2018

<b>Cardápio</b>	<b>Quinta</b> 01/03	<b>Sexta</b> 02/03
<b>Saladas</b>	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos	
<b>Complemento</b>	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral
<b>Guarnição</b>	Caruru Vatapá	Torta de bacalhau
<b>Prato principal</b>	Xinxim de galinha	Moqueca de carne
<b>Prato principal</b>	Frigideira de repolho	Pizza
<b>Opção</b>	Carne	Frango

\*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Annette Sobral  
CRN5 5764



### Cardápio - março 2018

<b>Cardápio</b>	<b>Segunda</b> 05/03	<b>Terça</b> 06/03	<b>Quarta</b> 07/03	<b>Quinta</b> 08/03	<b>Sexta</b> 09/03
<b>Saladas</b>	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
<b>Complemento</b>	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
<b>Guarnição</b>	Macarrão ao alho e óleo	Risoto de peito de peru	Purê de batata	Legumes sauté	Bolinho de peixe
<b>Prato principal</b>	Hambúrguer gourmet de carne	Strogonoff de frango	Bife à cavalo	Lasanha	Spaghetti ao fruto do mar
<b>Opção</b>	Rocambole de frango	Quibe vegetariano	Filé de peixe ao molho	Jardineira	Pizza
<b>Opção prato principal</b>	Frango	Carne/ carne com molho	Frango/ frango com molho	Carne/carne com molho	Frango

\*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Annette Sobral  
CRN5 5764



### Cardápio - março 2018

<b>Cardápio</b>	<b>Segunda</b> 12/03	<b>Terça</b> 13/03	<b>Quarta</b> 14/03	<b>Quinta</b> 15/03	<b>Sexta</b> 16/03
<b>Saladas</b>	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
<b>Complemento</b>	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz c/cenoura e ervilha Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Lombo ao molho ferrugem	Feijão Arroz branco Arroz integral com cenoura
<b>Guarnição</b>	Espaguete ao molho marguerita	Feijão tropeiro	Nhoque ao molho de tomate	Yakisoba	Purê de aipim
<b>Prato principal</b>	Lombo ao molho ferrugem	Medalhão ao molho escuro	Filé de carne ao molho barbecue	Rolinho primavera	Torta de banana da terra com carne seca
<b>Opção</b>	Panqueca de carne	Torta cremosa de brócolis	Torta de legumes	Bolinho de arroz com cenoura	Pizza
<b>Opção prato principal</b>	Frango	Carne/carne com molho	Frango/ frango com molho	Carne/ carne com molho	Frango/frango com molho

\*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Annette Sobral  
CRN5 5764



### Cardápio - março 2018

<b>Cardápio</b>	<b>Segunda</b> 19/03	<b>Terça</b> 20/03	<b>Quarta</b> 21/03	<b>Quinta</b> 22/03	<b>Sexta</b> 23/03
<b>Saladas</b>	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
<b>Complemento</b>	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
<b>Guarnição</b>	Espaguete ao alho e óleo	Banana e abacaxi grelhado	Legumes sauté	Rondelli	Risoto de camarão
<b>Prato principal</b>	Carne moída ao molho bolonhesa	Fricassé de frango	Lasanha	Filé de frango á parmegiana	Escondidinho de carne
<b>Opção</b>	Omelete de queijo	Quibe de carne	Mexidinho	Filé de peixe ao molho	Pizza
<b>Opção prato principal</b>	Frango grelhado	Carne/carne com molho	Frango	Carne/carne com molho	Frango/ frango grelhado

\*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Annette Sobral  
CRN5 5764



### Cardápio - marco 2018

<b>Cardápio</b>	<b>Segunda</b> 26/03	<b>Terça</b> 27/03	<b>Quarta</b> 28/03	<b>Quinta</b> 29/03	<b>Sexta</b> 30/03
<b>Saladas</b>	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos				
<b>Complemento</b>	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral		
<b>Guarnição</b>	Espaguete ao alho e óleo	Ravioli ao molho branco	Cozido		
<b>Prato principal</b>	Hambúrguer gourmet de frango	Frango assado ao molho de laranja	Carne do cozinho	Feriado	Feriado
<b>Opção</b>	Quiche de alho poró	Panqueca de queijo	Pirão do cozido		
<b>Opção prato principal</b>	Frango grelhado	Carne/ carne com molho	Frango grelhado		

\*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Annette Sobral  
CRN5 5764