Cardápio - Abril 2024

Cardápio	Segunda 01/04	Terça 02/04	Quarta 03/04	Quinta 04/04	Sexta 05/04
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral Macarrão ao molho sugo	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral c/brócolis	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Espaguete à bolonhesa	Tortilha de batata	Sushi	Penne ao molho branco	Bobo de camarão
Prato principal	Frango enroladinho	Estrogonofe de carne	Quiabada de carne	Peixe a milanesa	Pizza
Opção	Carne na grelhada	Filé de frango	Filé de frango grelhado	Tiras de carne na chapa	
Prato Vegetariano		Cuscuz marroquino	Risoto		

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca
CRN5 5442

Cardápio - Abril 2024

Cardápio	Segunda 08/04	Terça 09/04	Quarta 10/04	Quinta 11/04	Sexta 12/04
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral com Cenoura	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Batata palito assada	Nhoque a bolonhesa	Brusqueta de queijo	Omelete de frango com queijo	Pizza
Prato principal	Hambúrguer artesanal	Lombo suíno	Lasanha	Bife Parmegiana	Paelha aos frutos do mar
Opção	Filé de frango grelhado	Filé de frango a milanesa	Ensopado de legumes	Frango ao cubo	
Prato Vegetariano	Shuffle de legumes	Estrogonofe de couve flor		Legumes na chapa	

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca
CRN5 5442

Cardápio - Abril 2024

Cardápio	Segunda 15/04	Terça 16/04	Quarta 17/04	Quinta 18/04	Sexta 19/04
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral com espinafre e cenoura
Guarnição	Penne ao molho branco	Espaguete a carbonara	Panqueca de frango	Harumaki Hot	Pizza
Prato principal	Carne do sol	Nuggets de frango	Escondidinho de carne do sol	Frango xadrez	Tutu de feijão
Opção	Purê de aipim	Filé de carne grelhado	Grelhado de frango	Carne na chapa	
Prato Vegetariano	Abacaxi e banana grelhada			Quiche de tomate seco	

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca
CRN5 5442

Cardápio - Abril 2024

Cardápio	**Segunda** 22/04	**Terça** 23/04	**Quarta** 24/04	Quinta 25/04	Sexta 26/04
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral Spaguetti ao molho branco	Feijão preto Arroz branco Arroz integral Mix de bruschetta
Guarnição	Espaguete aos 4 queijos	Rolinho primavera	Rocambole de frango	Yakisoba misto	Torta de bacalhau
Prato principal	Lombo recheado	Caponata de berinjela	Lasanha mista	Risoto fungi	Pizza
Opção	Filé de frango	Carne na chapa	Carne grelhada	Frango grelhado	
Prato Vegetariano	Torta de legumes				

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca
CRN5 5442

Cardápio - Abril 2024

Cardápio	Segunda 29/04	Terça 30/04	Quarta	Quinta	Sexta
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral			
Guarnição	Quiche de alho piro	Fricassê de frango			
Prato principal	Escalope de carne ao molho madeira	Bife ao molho			
Opção	frango grelhado	carne grelhada			
Prato Vegetariano	Berinjela a milanesa				

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca
CRN5 5442