



CARDÁPIO ALMOÇO –SETEMBRO /2018- Unidade 1

DE: 03/09 A 14/09

*** Todos os dias: arroz branco/ arroz integral/ feijão**

DATA	DIA DA SEMANA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO1	SALADA 1	SALADA 2	SALADA 3
03/09	SEGUNDA	Carne ao molho ferrugem	Farofa rica / couve-flor	Alface	Tomate	Cenoura ralada
04/09	TERÇA	Fricassê de frango	Brócolis	Alface	Tomate	Beterraba
05/09	QUARTA	Bife acebolado	Purê de batatas /sopa	Alface	Tomate	Lentilha
06/09	QUINTA	Filé de frango grelhado	Crema de milho	Alface	Tomate	Salada de ovos
07/09	SEXTA	FERIADO				
10/09	SEGUNDA	Frango em cubo ao molho de requeijão	Abobrinha refogada	Alface	Tomate	Tropical
11/09	TERÇA	Kafta	Couve-flor	Alface	Tomate	Pepino
12/09	QUARTA	Filé de frango grelhado acebolado	Batata rústica	Alface	Tomate	Cenoura
13/09	QUINTA	Lombo em cubo grelhado	Farofa de banana/ brócolis	Alface	Tomate	Maionese
14/09	SEXTA	Estrogonofe de carne	Batata palha /chuchu refogado	Alface	Tomate	Mista de rúcula



CARDÁPIO ALMOÇO –SETEMBRO /2018- Unidade 1

DE: 17/09 A 28/09

*** Todos os dias: arroz branco/ arroz integral/ feijão**

DATA	DIA DA SEMANA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO1	SALADA 1	SALADA 2	SALADA 3
17/09	SEGUNDA	Filé de frango ao molho de laranja	Escarola refogada	Alface	Tomate	Caponata de berinjela
18/09	TERÇA	Carne assada ao molho madeira	Bolinho de arroz/abobrinha refogada	Alface	Tomate	Mista de rúcula
19/09	QUARTA	Hambúrguer de frango nutritivo com aveia	Brócolis /sopa	Alface	Tomate	Lentilha
20/09	QUINTA	Bife grelhado	Legumes a provençal	Alface	Tomate	Beterraba
21/09	SEXTA	Frango assado	Macarrão ao sugo	Alface	Tomate	Broto de feijão
24/09	SEGUNDA	Frango crocante	Purê de batata	Alface	Tomate	Salpicão
25/09	TERÇA	Hambúrguer nutritivo de carne com aveia	Creme de espinafre	Alface	Tomate	Feijão branco
26/09	QUARTA	Rocambolo de frango recheado	Farofa de banana /couve refogada	Alface	Tomate	Cenoura
27/09	QUINTA	Carne desfiada	Bolinho de arroz	Alface	Tomate	Brócolis
28/09	SEXTA	Espetinho de frango	Chuchu/ creme de mandioquinha	Alface	Tomate	Tropical