

CARDÁPIO ALMOÇO - JUNHO/2019 - Unidade 1

Todos os dias: arroz branco/arroz integral/ feijão

DE: 03/06 A 14/06

DATA	DIA DA SEMANA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	SALADA 1	SALADA 2	SALADA 3	SOBREMESA
03/06	SEGUNDA	Carne ao molho ferrugem	Farofa rica/espinafre refogado	Alface	Tomate	Tabule	Laranja
04/06	TERÇA	Rocambole de carne	Creme de mandioquinha	Alface	Tomate	Primavera	Paçoca
05/06	QUARTA	Isca de frango grelhado	Lasanha/ Abobrinha refogada	Alface	Tomate	Tropical	Melancia
06/06	QUINTA	Bife acebolado	Batata recheada	Alface	Tomate	Lentilha	Gelatina
07/06	SEXTA	Fricassê de frango	Brócolis/ Sopa	Alface	Tomate	Maionese de ovos	Doce de leite
10/06	SEGUNDA	Frango em cubo ao molho de requeijão	Couve-flor	Alface	Tomate	Arco-íris	Pé-de-moleque
11/06	TERÇA	Lombo em cubos	Farofa de banana	Alface	Tomate	Maionese	Banana
12/06	QUARTA	Bife à parmegiana	Batata palha/ Brócolis	Alface	Tomate	Beterraba	Doce de leite
13/06	QUINTA	Filé de frango grelhado acebolado	Creme de milho/Sopa	Alface	Tomate	Mista de rúcula	Pudim
14/06	SEXTA	Feijoada	Couve refogada/Farofa rica/Torresmo/ Caldinho de feijão temperado	Alface	Tomate	Vinagrete	Laranja



CARDÁPIO ALMOÇO - JUNHO/2019 - Unidade 1

Todos os dias: arroz branco/arroz integral/ feijão

DE: 17/06 A 28/06

DATA	DIA DA SEMANA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	SALADA 1	SALADA 2	SALADA 3	SOBREMESA
17/06	SEGUNDA	Filé de frango grelhado	Escarola refogada/Bolinho de arroz	Alface	Tomate	Primavera	Paçoca
18/06	TERÇA	Hambúrguer nutritivo de carne com aveia	Creme de espinafre/ Macarrão ao alho e óleo	Alface	Tomate	Jiló/ Pepino	Arroz doce
19/06	QUARTA	Panqueca de frango	Caponata de berinjela	Alface	Tomate	Mista de rúcula	Laranja
20/06	QUINTA	FERIADO					
21/06	SEXTA	SUSPENSÃO DAS AULAS					
24/06	SEGUNDA	Frango crocante	Purê de batata	Alface	Tomate	Salpicão	Banana
25/06	TERÇA	Carne ao molho madeira	Farofa de banana/Sopa	Alface	Tomate	Grão-de-bico	Gelatina
26/06	QUARTA	Hambúrguer nutritivo de frango com aveia	Macarrão ao molho sugo/ Chuchu refogado	Alface	Tomate	Maionese	Melancia
27/06	QUINTA	Espetinho de frango	Creme de milho	Alface	Tomate	Tropical	Creminho de chocolate
28/06	SEXTA	Estrogonofe de carne	Batata frita	Alface	Tomate	Grão-de-bico	Paçoca