

CARDÁPIO ALMOÇO - SETEMBRO

Semanas:	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª Semana			01/set Almoço: Arroz, Feijão, Carne Desfiada com Cenoura, Salada de Pepino e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	02/set Almoço: Macarrão ao Sugo, Frango Desfiado, Legumes Sauté, Salada de Acelga e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	03/set Almoço: Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Folhas Mistas e Suco Natural. Sobremesa: Salada de Fruta
2ª Semana	06/09 Emenda de Feriado	07/09 Feriado	08/set Almoço: Arroz Feijão, Carne Moída com Abobrinha, Salada de Tomate e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	09/set Almoço: Macarrão com Almôndegas, Chuchu Refogado, Salada de Folhas Mistas e Suco Natural . Sobremesa: Gelatina	10/set Almoço: Arroz, Feijão, Isca de Frango Grelhado, Creme de Milho, Salada de Repolho e Suco Natural. Sobremesa: Salada de Fruta
3ª Semana	13/set Almoço: Arroz, Feijão, Ensopado de Frango com Batata, Salada de Alface e Suco Natural. Sobremesa: Gelatina	14/set Almoço: Arroz, Feijão, Carne de Panela com Legumes, Salada de Cenoura Ralada e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	15/set Almoço: Arroz, Feijão, Omelete de Forno, Brócolis Refogado, Salada de Alface e Tomate e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	16/set Almoço: Macarrão Alho e óleo com Legumes, Isca de Frango Acebolado, Salada de Folhas Mistas e Suco Natural. Sobremesa: Gelatina	17/set Almoço: Arroz, Feijão, Peixe Grelhado, Purê de Batata, Salada de Alface e Tomate. Sobremesa: Salada de Fruta.
4ª Semana	20/set Almoço: Arroz, Feijão, Carne em Cubos, Mandioca Cozida, Salada de Folhas Mistas e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	21/set Almoço: Arroz, Feijão, Isca de Frango Grelhado, Beterraba Cozida Salada de Rúcula e Suco Natural. Sobremesa : Fruta	22/set Almoço: Mini Feijoada, Couve Manteiga, Farofa, Salada de Pepino com Tomate e Suco Natural. Sobremesa Laranja	23/set Almoço: Macarrão com Brócolis, Isca de Carne Acebolada, Salada de Alface e Tomate e Suco Natural. Sobremesa: Gelatina	24/set Almoço: Arroz, Feijão, Linguíça de Frango Assada, Purê Misto (Batata e Cenoura) Salada de Repolho, Suco Natural. Sobremesa: Salada de Fruta.
5ª Semana	27/set Almoço: Arroz, Feijão, Carne Moída, Purê de Abóbora, Salada de Folhas Verdes e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	28/set Almoço: Arroz ,Feijão, Fricassê, Batata Sauté , Salada de Alface e Tomate e Suco Natural. Sobremesa: Gelatina	29/set Almoço: Arroz, Strogonofe de Frango, Batata Palha, Salada de Acelga e Suco Natural. Sobremesa: Fruta	30/set Almoço: Arroz, Feijão, Panqueca de Carne Moída e Abobrinha e Suco Natural. Sobremesa: Gelatina	

Frutas da Época: Banana, Maçã, Melão, Abacate, Kiwi, Mexerica, Laranja, Abacaxi

Obs: Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio.

Cardápio Elaborado por Nutricionista.

Natalia Cazeri- CRN3-39739