

CARDÁPIO CONTRATURNO - MAIO 2024

DIA	ALMOÇO				LANCHE DA TARDE	
	PRATO DO DIA	SALADA	SOBREMESA	SUCO	LANCHE	FRUTA/SUCO DE FRUTA
02/05 QUINTA	MACARRÃO A BOLONHESA	SELETA DE LEGUMES	FRUTA	SUCO DE LARANJA	IOGURTE COM CEREAL	MANGA / SUCO DE ACEROLA
03/05 SEXTA	FRANGO EM CUBOS	ALFACE E TOMATE EM CUBOS	FRUTA	SUCO DE LIMÃO	BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO	BANANA / SUCO DE UVA
06/05 SEGUNDA	PICADINHO DE CARNE COM BRÓCOLIS	MIX DE FOLHAS	FRUTA	SUCO DE MARACUJÁ	PÃO NA CHAPA	TANGERINA / SUCO DE MANGA
07/05 TERÇA	TIRINHAS DE FRANGO + ARROZ INTEGRAL	CENOURA EM PALITOS	SALADA DE FRUTAS	SUCO DE CAJÚ	BOLO DE CHOCOLATE	MELÃO / SUCO DE GOIABA
08/05 QUARTA	FILÉ DE PEIXE AO FORNO	BETERRABA E PEPINO EM CUBOS	GELATINA	SUCO DE UVA	QUEIJO QUENTE	MELANCIA / SUCO DE LIMÃO
09/05 QUINTA	DRUMET AO FORNO + FAROFA NUTRITIVA	LEGUMES COZIDOS	FRUTA	SUCO DE MARACUJÁ	IOGURTE NATURAL COM FRUTAS E AVEIA	BANANA / SUCO DE ACEROLA
10/05 SEXTA	CARNE ASSADA COM BATATA	COUVE-FLOR	FRUTA	SUCO DE MANGA	PÃO DE QUEIJO	MAÇÃ / SUCO DE CAJÚ
13/05 SEGUNDA	STROGGONOFF DE FRANGO	ALFACE E TOMATE	FRUTA	SUCO DE GOIABA	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS	MAMÃO / SUCO DE LARANJA

14/05 TERÇA	PICADINHO DE CARNE	SELETA DE LEGUMES	GELATINA	SUCO DE CAJÚ	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE QUEIJO	DUO DE FRUTAS / SUCO DE ACEROLA
15/05 QUARTA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	MIX DE LEGUMES	FRUTA	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	TORRADA COM GELEIA DE FRUTAS / POLVILHO	MELÃO / SUCO DE GOIABA
16/05 QUINTA	MACARRÃO À BOLONHESA	COUVE REFOGADA	FRUTA	SUCO DE UVA	BOLO DE MILHO	BANANA / SUCO DE MARACUJÁ
17/05 SEXTA	SOBRECOXA AO FORNO	BRÓCOLIS	SALADA DE FRUTAS	SUCO DE LARANJA	PIZZA DE PÃO	MANGA / SUCO DE MANGA
20/05 SEGUNDA	OMELETE	ALFACE E CENOURA EM CUBOS	FRUTA	SUCO DE LIMÃO	BOLO MESCLADO	MAÇÃ / MATE NATURAL
21/05 TERÇA	PICADINHO DE FRANGO	CHUCHU COZIDO NO VAPOR	FRUTA	SUCO DE GOIABA	MISTO QUENTE	TRIO DE FRUTAS / SUCO DE CAJÚ
22/05 QUARTA	STROGONOFF DE CARNE COM BATATA	REPOLHO E TOMATE EM CUBOS	FRUTA	SUCO DE LARANJA	BOLO DE LARANJA	ABACAXI / SUCO DE ACEROLA
23/05 QUINTA	FRANGO A MILANESA AO FORNO	SELETA DE LEGUMES	FRUTA	SUCO DE MANGA	SANDUÍCHE DE QUEIJO MINAS E PEITO DE FRANGO	MELÃO / SUCO DE UVA
24/05 SEXTA	CARNE ASSADA + FAROFA NUTRITIVA	BATATA ASSADA	GELATINA COM FRUTA	MATE NATURAL	PÃO NA CHAPA	MELANCIA / SUCO DE LARANJA
27/05 SEGUNDA	CARNE MOÍDA REFOGADA COM PURÊ DE BATATA	ALFACE	FRUTA	SUCO DE MARACUJÁ	PÃO DE QUEIJO	MANGA / SUCO DE UVA
28/05 TERÇA	MACARRÃO COM FRANGO EM CUBOS	BRÓCOLIS E CENOURA EM CUBOS	FRUTA	SUCO DE CAJÚ	PANQUECA AMERICANA	MAÇÃ / MATE NATURAL
29/05 QUARTA	BIFE DE PANELA + ARROZ INTEGRAL	COUVE--FLOR	FRUTA	SUCO DE MANGA	BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO	SALADA DE FRUTAS / SUCO DE MARACUJÁ

- O cardápio poderá sofrer alterações devido à qualidade e disponibilidade dos produtos.
- Arroz e feijão são sempre servidos no almoço.

Nutricionista Fátima Costa
CRN - 11 nº 11070