

CARDÁPIO CONTRATURNO - SETEMBRO 2024

DIA	ALMOÇO				LANCHE DA TARDE	
	PRATO DO DIA	SALADA	SOBREMESA	SUCO	LANCHE	FRUTA/SUCO DE FRUTA
02/09 SEGUNDA	ISCA DE CARNE	SELETA DE LEGUMES	FRUTA	SUCO DE GOIABA	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS	MELÃO / SUCO DE ACEROLA
03/09 TERÇA	TIRINHAS DE FRANGO COM PURÊ DE BATATA	BETERRABA E CENOURA	FRUTA	SUCO DE MARACUJÁ	BOLO DE CENOURA	MAÇÃ / SUCO DE CAJÚ
04/09 QUARTA	CARNE DE PANELA	CHUCHU COZIDO NO VAPOR	FRUTA	SUCO DE UVA	TORRADA COM GELEIA	BANANA / SUCO DE GOIABA
05/09 QUINTA	DRUMET ASSADO	CENOURA EM CUBOS	FRUTA	SUCO DE LIMÃO	MISTO QUENTE	MAMÃO / LEITE COM CACAU EM PÓ
06/09 SEXTA	STROGONOFF DE CARNE	BRÓCOLIS	GELATINA	SUCO DE LARANJA	PÃO DE QUEIJO	MANGA / SUCO DE MARACUJÁ
09/09 SEGUNDA	MACARRÃO COM FRANGO EM CUBOS	SELETA DE LEGUMES	FRUTA	SUCO DE ACEROLA	BOLO DE CHOCOLATE	MAMÃO / SUCO DE UVA
10/09 TERÇA	ALMÔNDEGAS + ARROZ INTEGRAL	ALFACE E TOMATE	GELATINA	SUCO DE MANGA	PIZZA DE PÃO	BANANA / SUCO DE ACEROLA
11/09 QUARTA	SOBRECOXA ASSADA + FAROFA NUTRITIVA	MIX DE FOLHAS	FRUTA	SUCO DE LARANJA	PÃO DE QUEIJO	LARANJA / SUCO DE GOIABA
12/09 QUINTA	FILÉ DE PEIXE AO FORNO	COUVE REFOGADA	FRUTA	SUCO DE UVA	PÃO NA CHAPA	MELÃO / SUCO DE MARACUJÁ
13/09 SEXTA	CARNE ASSADA COM PURÊ DE ABOBORA	BRÓCOLIS	FRUTA	SUCO DE CAJÚ	QUEIJO QUENTE	MELANCIA / MATE NATURAL

16/09 SEGUNDA	MACARRÃO À BOLONHESA	ALFACE E TOMATE	FRUTA	SUCO DE LIMÃO	IOGURTE COM CEREAL	MAÇÃ / SUCO DE UVA
17/09 TERÇA	ISCAS DE FRANGO COM LEGUMES	COUVE – FLOR	SALADA DE FRUTAS	SUCO DE GOIABA	SANDUÍCHE DE QUEIJO MINAS COM PEITO DE PERÚ	BANANA / SUCO DE LIMÃO
18/09 QUARTA	CARNE MOÍDA COM BATATA ASSADA	MIX DE FOLHAS	FRUTA	SUCO DE MARACUJÁ	PÃO DE QUEIJO	MANGA / SUCO DE ACEROLA
19/09 QUINTA	FRANGO XADREZ	REPOLHO E TOMATE	FRUTA	SUCO DE GOIABA	BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO	MELÃO / SUCO DE MARACUJÁ
20/09 SEXTA	BIFE DE PANELA	SELETA DE LEGUMES	FRUTA	SUCO DE UVA	PANQUECA DE BANANA	MELANCIA / SUCO DE LARANJA
23/09 SEGUNDA	STROGONOFF DE FRANGO	ABOBRINHA REFOGADA	GELATINA	SUCO DE MANGA	BOLO DE LARANJA	MANGA / SUCO DE GOIABA
24/09 TERÇA	FILÉ DE PEIXE AO FORNO	CHUCHU COZIDO NO VAPOR	FRUTA	SUCO DE CAJÚ	MISTO QUENTE	MAÇÃ / SUCO DE LIMÃO
25/09 QUARTA	CARNE ASSADA COM BATATAS	REPOLHO E TOMATE	FRUTA	SUCO DE ACEROLA	BOLO DE CENOURA	BANANA / SUCO DE MARACUJÁ
26/09 QUINTA	FILÉ DE FRANGO À MILANESA AO FORNO	CENOURA RALADA E ALFACE	FRUTA	SUCO DE UVA	PÃO DE QUEIJO	MELÃO / SUCO DE MANGA
27/09 SEXTA	BIFE GRElhADO	SELETA DE LEGUMES	SALADA DE FRUTAS	SUCO DE LARANJA	PIZZA DE PÃO	MELANCIA / SUCO DE UVA
30/09 SEGUNDA	TIRINHAS DE FRANGO	REPOLHO REFOGADO	FRUTA	SUCO DE CAJÚ	PÃO NA CHAPA	BANANA / SUCO DE ACEROLA

- O cardápio poderá sofrer alterações devido a qualidade e disponibilidade dos produtos.
- Arroz e feijão são sempre servidos no almoço.
- Suco sem açúcar para menores de 3 anos.

Nutricionista Fátima Costa
CRN - 11 nº 11070