



ALMOÇO

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ºSem	Arroz 1 Feijão Isclas de frango Creme de milho Pepino e rabanete	Arroz 2 Feijão Carne de panela Berinjela á milanesa (com aveia) Brócolis e tomate	Arroz 3 Lentilha Filé de frango Polenta cremosa Cenoura ralada e alface roxa	Arroz 4 Feijão Bife acebolado Purê de batata salsa Pepino japonês e couve-flor	Arroz integral 5 Feijão Estrogonofe de frango Batata palha Salada de acelga com maçã
2ºSem	Arroz 8 Feijão Omelete de forno com queijo Macarrão alho e óleo Pepino	Arroz 9 Feijão Bife á pizzaiolo Legumes refogados Brócolis e tomate	Arroz 10 Feijão Peixe assado Mandioca cozida Vagem e pimentão	Arroz 11 Feijão Lombo suíno Polenta cremosa Acelga com abacaxi	FERIADO 12
3ºSem	Arroz 15 Feijão Carne moída Espaguete ao molho bolonhesa Acelga e chuchu	Arroz 16 Feijão Coxa de frango ao molho Quirera Pepino japonês e acelga	Arroz 17 Feijão Quibe assado Repolho refogado Beterraba ralada e pimentão	Arroz 18 Feijão Filé de frango Batata doce Couve-flor e couve	Arroz 19 Feijão Lasanha á bolonhesa Repolho com laranja
4ºSem	Arroz 22 Feijão Linguiça de frango assada Bolinho de arroz com espinafre Tomate e rabanete	Arroz 23 Feijão Tiras de carne refogada Espaguete ao molho Salada de repolho com abacaxi	Arroz 24 Feijão Filé de frango grelhado Abobrinha cozida Alface roxa e pepino	Arroz 25 Feijão Bolinho de carne Brócolis ao molho branco Couve em tiras com laranja	Arroz 26 Feijão Frango crocante assado Legumes salteado Alface e pimentão
5ºSem	Arroz 29 Feijão Picadinho de carne com cenoura cozida e batata Beterraba cozida	30 Feijão Arroz de forno (com isclas de frango) Espaguete alho e óleo Cenoura ralada e couve	Arroz 31 Feijão Bife Brócolis, cenoura e pimentão refogados Alface crespa e pimentão		

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;*** As 10h é servido um iogurte ou biscoito **** Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;*****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.



CARDÁPIO OUTUBRO/2018



CAFÉ DA MANHÃ/DESJEJUM

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ªSem	Café com leite 1 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 2 Pão integral com margarina	Achocolatado quente 3 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 4 Pão integral com geleia de fruta orgânica	Café com leite 5 Biscoito salgado
2ªSem	Café com leite 8 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 9 Pão com margarina	Achocolatado quente 10 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 11 Pão com geleia de fruta orgânica	12 FERIADO
3ªSem	Café com leite 15 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 16 Pão integral com margarina	Achocolatado quente 17 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 18 Pão integral com geleia de fruta orgânica	Café com leite 19 Pão integral com margarina
4ªSem	Café com leite 22 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 23 Pão com margarina	Achocolatado quente 24 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 25 orgânica	Café com leite 26 Biscoito salgado
5ªSem	Café com leite 29 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 30 Pão integral com margarina	Achocolatado quente 31 Pão integral com geleia de fruta orgânica		

CAFÉ DA TARDE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ªSem	Canjica 1	Quirera 2 Com frango	Sucrilhos com leite 3	Chá de camomila 4 Bolo de milho	Vitamina de frutas 5 Pão com margarina
2ªSem	Quirera com frango 8	Pudim 9 + biscoito	LANCHE ESPECIAL 10	Suco natural 11 Sanduiche natural (Pão integral, alface (da horta), pepino, cenoura ralada, patê de frango caseiro)	12 FERIADO
3ªSem	Achocolatado quente 15 Biscoito	Polenta cremosa 16 Com picadinho de carne	Vitamina de maçã 17 E biscoito	Suco natural 18 Bolo de cenoura	Suco 19 Pipoca
4ªSem	Bebida láctea 22 Biscoito	Sopa de macarrão 23 Com frango	Creme de batata 24 (Batata, carne, couve e ervilha)	Suco 25 Buffet de frutas da época	Sagu 26
5ªSem	Risoto de frango 29	Macarrão com carne moída 30	Vitamina de abacate 31 Rosquinha		

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;*** As 10h é servido um iogurte ou biscoito ****Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;*****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.