

CARDÁPIO DE 28 DE NOVEMBRO A 02 DE DEZEMBRO DE 2016

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<i>Saladas</i>	<i>Saladas</i>	<i>Saladas</i>	<i>Saladas</i>	<i>Saladas</i>
Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
Vinagrete	Vinagrete	Vinagrete	Vinagrete	Vinagrete
Rúcula com agrião	Salada de acelga	Almeirão	Salada de pepino	Repolho mix
Mix de brotos	Ratatouille	Cenoura cozida	Salada de abóbora	Couve
Cenoura ralada	Beterraba ralada	Chuchu com temperos verdes	Beterraba cozida	Macarronese com maçã
<i>Acompanhamentos quentes</i>	<i>Acompanhamentos quentes</i>	<i>Acompanhamentos quentes</i>	<i>Acompanhamentos quentes</i>	<i>Acompanhamentos quentes</i>
Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
Arroz integral	Repolho refogado	Aipim cozido com molho pesto	Batata doce à mineira	Macarrão com molho de ervas
Polenta mole	Arroz a grega	Quirera	Legumes orientais	Arroz com espinafre
<i>Carnes</i>	<i>Carnes</i>	<i>Carnes</i>	<i>Carnes</i>	<i>Carnes</i>
Tiras com molho vermelho	Lasanha à bolonhesa	Bife à milanesa	Almôndegas	Bisteca suína
Frango pizzaiolo	Frango ao vinagrete	Frango grelhado	Estrogonofe de frango	Sobrecosta marinada
Mix de carnes	Língua com molho madeira	Fricassê de soja	Peixe assado com tomate e azeitona	Omelete com legumes
<i>Sobremesa</i>	<i>Sobremesa</i>	<i>Sobremesa</i>	<i>Sobremesa</i>	<i>Sobremesa</i>
Laranja	Banana	Maçã	Laranja	Banana

*Salada de acelga: acelga, maionese, mostarda e batata palha

*Ratatouille: berinjela, abobrinha, tomate, cebola

*Batata doce à mineira: batata doce, tomate, cebola, queijo ralado

Cardápio sujeito a alterações.

Nutricionista: Martha Luisa Machado

CRN 10 3506