

CARDÁPIO DO MÊS DE AGOSTO - 2022 - ALMOÇO



DIA	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO	SALADAS	SOBREMESA	SUCO
Segunda-Feira 01/08	Bife grelhado	Calabresa	Arroz branco e integral / Feijão Brócolis	Alface e Repolho Tomate Cenoura ralada Tomate cereja + Ovo codorna	Maçã + Gelatina	Suco de Tangerina
Terça-Feira 02/08	Strogonoff de carne	Filé de frango grelhado	Arroz branco e integral / Feijão Batata palha	Alface e Rúcula Tomate Beterraba ralada Mandioquinha na salsa	Melancia	Suco de Morango
Quarta-Feira 03/08	Frango empanado	Isca de carne	Arroz branco e integral / Feijão Abobrinha refogada	Alface e Agrião Tomate Vinagrete Grão de bico	Uva	Suco de Limão
Quinta-Feira 04/08	Frango assado	Carne moída	Arroz branco / Feijão Macarrão com molho branco e molho sugo	Alface e Escarola Tomate Rabanete Cenoura cozida	Banana	Suco de Abacaxi com hortelã
Sexta-Feira 05/08	Hamburguer de carne (artesanal)	Cubos de frango	Arroz branco e integral / Feijão Purê de batata	Alface e Rúcula Tomate Pepino Berinjela	Mexerica	Suco de Maracujá
DIA	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO	SALADAS	SOBREMESA	SUCO
Segunda-Feira 08/08	Carne assada	Ovo mexido	Arroz branco e integral / Feijão Milho na manteiga	Alface e Agrião Tomate Beterraba ralada Batata bolinha	Goiaba	Suco de Laranja
Terça-Feira 09/08	Rolê de frango (recheio legumes sem azeitona)	Bife grelhado	Arroz branco e integral / Feijão Polenta	Alface e Escarola Tomate Pepino Grão de bico	Melão	Suco de Cajú
Quarta-Feira 10/08	Cubos de lombo ao barbecue	Filé de frango grelhado	Arroz branco e integral / Feijão preto Couve refogada	Alface e Rúcula Tomate Cenoura ralada Couve-flor	Maçã	Suco de Maracujá
Quinta-Feira 11/08	Ravioli de queijo	Cubos de carne grelhada	Arroz branco e integral / Feijão Cenoura	Alface e Repolho Tomate Nabo Beterraba cozida	Pera	Suco de Uva

Sexta-Feira
12/08

Filé de Tilápia

Bife grelhado

Arroz branco e integral / Feijão
Purê de batata doce

Alface e Agrião
Tomate
Abobrinha ralada
Quiabo

Melancia

Suco de Manga

CARDÁPIO DO MÊS DE AGOSTO - 2022 - ALMOÇO



DIA	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO	SALADAS	SOBREMESA	SUCO
Terça-Feira 15/08	Bife grelhado	Linguiça Toscana	Arroz branco e integral / Feijão Brócolis	Alface e Repolho Tomate Cenoura ralada Chuchu na salsa	Maçã	Suco de Goiaba
Terça-Feira 16/08	Strogonoff de carne	Filé de frango grelhado	Arroz branco e integral / Feijão Batata palha	Alface e Rúcula Tomate Beterraba ralada Berinjela	Melancia	Suco de Maracujá
Quarta-Feira 17/08	Frango empanado	Carne louca	Arroz branco e integral / Feijão Purê de mandioquinha	Alface e Escarola Tomate Rabanete Milho	Uva	Suco de Limão
Quinta-Feira 18/08	Frango assado	Isca de carne acebolada	Arroz branco / Feijão Macarrão com molho branco e molho sugo	Alface e Agrião Tomate Tomate cereja + Ovo codorna Brócolis	Banana	Suco de Laranja
Sexta-Feira 19/08	Bife grelhado	Almôndega de frango (artesanal)	Arroz branco e integral / Feijão Batata com parmesão	Alface e Repolho Tomate Pepino Grão de bico	Mexerica	Suco de Abacaxi
DIA	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO	SALADAS	SUCO	
Segunda-Feira 22/08	Carne assada	Ovo mexido	Arroz branco e integral / Feijão Couve-flor no vapor	Alface e Rúcula Tomate Abobrinha ralada Cenoura cozida	Goiaba	Suco de Tangerina
Terça-Feira 23/08	Filé de frango	Quibe de forno	Arroz branco e integral / Feijão Creme de milho	Alface e Escarola Tomate Tabule Chuchu	Melão	Suco de Morango
Quarta-Feira 24/08	Lombo assado	Cubos de frango com cenoura e batata	Arroz branco e integral / Feijão preto Farofa	Alface e Agrião Tomate Pepino Beterraba cozida	Maçã	Suco de Limão
Quinta-Feira 25/08	Rondelli de queijo	Bife grelhado	Arroz branco e integral / Feijão Abobrinha	Alface e Escarola Tomate Vinagrete de manga Brócolis	Pera + Bolo de Aniversário	Suco de Manga

Sexta-Feira
26/08

Filé de tilápia

Isca de carne

Arroz branco e integral / Feijão
Milho na manteiga

Alface e Repolho
Tomate
Cenoura ralada
Cebola em conserva

Melancia

Suco de Maracujá

CARDÁPIO DO MÊS DE AGOSTO - 2022 - ALMOÇO



DIA	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO	SALADAS	SOBREMESA	SUCO
Segunda-Feira 29/08	Bife grelhado	Linguiça calabresa	Arroz branco e integral / Feijão Couve refogada	Alface e Rúcula Tomate Beterraba ralada Couve-flor	Maçã	Suco de Laranja com acerola
Terça-Feira 30/08	Strogonoff de frango	Carne assada	Arroz branco e integral / Feijão Batata palha	Alface e Agrião Tomate Cenoura ralada Quiabo	Melancia	Suco de Cajú
Quarta-Feira 31/08	Hamburguer de carne (artesanal)	Fricassê	Arroz branco e integral / Feijão Batata palito + Pão + Queijo	Alface e Repolho Tomate Vinagrete Grão de bico	Pera	Suco de Uva
Quinta-Feira						
Sexta-Feira						