

CARDÁPIO DE ALMOÇO - MARÇO

Segunda 02	Terça 03	Quarta 04	Quinta 05	Sexta 06
Arroz e Feijão Bife de Panela Farofa Nutritiva (c/ aveia e cenoura) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Purê de Batata Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Isclas de Carne Couve refogada Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Sobrecoxa Milho na manteiga Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé Mignon Suíno Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 09	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
Arroz e Feijão Picadinho de Carne Polenta Cremosa Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Frango Batata assada Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Carne moída Repolho refogado c/ Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Omelete na chapa Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Batata doce Rústica Salada Fruta e Suco
Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
Arroz e Feijão Filé de Frango Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Escalopinho ao molho Farofa de Banana-da-Terra (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Lombo Suíno c/ molho Batata sauté Salada Fruta e Suco	Penne ao sugo Picadinho de Frango Abobrinha c/ Tomate e Queijo Branco Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Almôndegas de Carne ao sugo Cenoura ondulada c/ Ervilhas Salada Fruta e Suco
Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
Arroz Strogonoff de Carne Batata assada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Sobrecoxa Chuchu refogado c/ Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne desfiada Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ovo estrelado Legumes à Chinesa (Couve-flor, Acelga e Cenoura) Salada Fruta e Suco
Segunda 30	Terça 31			Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 
Arroz e Feijão Isclas de Frango Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne moída c/ Cenoura e Milho Salada Fruta e Suco			

Obs.

As saladas, frutas e sucos serão variados de acordo com a safra/estação.