

CARDÁPIO DE ALMOÇO - JULHO

	Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 <i>Cila Omine Ikatu</i>			Sexta 01
				Arroz e Feijão Picadinho de Carne Croquete de Couve-flor (assado) Salada Fruta e Suco
Segunda 04	Terça 05	Quarta 06	Quinta 07	Sexta 08
Arroz e Feijão Almôndegas de Carne ao sugo Legumes salteados Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Batata corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Escalopinho ao molho Banana à milanesa Salada Brigadeiro de copinho e Suco	Espaguete ao sugo Isclas de Frango Repolho crocante Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (ao forno) Creme de Milho Salada Fruta e Suco
Segunda 11	Terça 12	Quarta 13	Quinta 14	Sexta 15
Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Torta madalena (Carne moída e Purê de Batata) Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé Mignon Suíno Tempurá de Legumes Salada Mousse de Manga e Suco	Arroz e Feijão Preto Nuggets de Frango (assado) Bruschetta de Espinafre Salada Gelatina e Suco	Arroz Strogonoff de Carne Batata Palito Salada Fruta e Suco
Segunda 18	Terça 19	Quarta 20	Quinta 21	Sexta 22
Arroz e Feijão Picadinho de Frango Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (ao forno) Batata doce Rústica Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Pastel de Carne Couve refogada Salada Cereal crocante c/ chocolate e Suco	Arroz Canelone ao sugo de Queijo e Peito de Peru Palitos de Cenoura no vapor Salada, Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango assado Chuchu refogadinho c/ ovo Salada Fruta e Suco
Segunda 25	Terça 26	Quarta 27	Quinta 28	Sexta 29
Arroz e Feijão Kibe assado Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Frango Batata Palha Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Bife à milanesa Brócolis no vapor Salada Mousse de Manga e Suco	Arroz e Feijão Preto Linguíça na chapa Farofa nutritiva (c/ aveia) Salada Bolo de Cenoura Formigueiro e Suco	Arroz e Feijão Isclas Crocantes de Frango Torta de Legumes Salada Fruta e Suco

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