

## CARDÁPIO DE ALMOÇO - SETEMBRO

| Segunda 01                                                                                    | Terça 02                                                                                | Quarta 03                                                                                                     | Quinta 04                                                                                                | Sexta 05                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Arroz e Feijão<br>Iscas de Frango<br>Creme de Milho<br>Salada<br>Gelatina e Suco              | Arroz e Feijão<br>Escalopinho ao molho<br>Batata sauté<br>Salada<br>Fruta e Suco        | Espaguete ao sugo<br>Coxinhas de Frango assadas<br>Brócolis no vapor<br>Salada<br>Fruta e Suco                | Arroz e Feijão Preto<br>Bife à Milanese<br>Abóbora corada<br>Salada<br>Fruta e Suco                      | Arroz e Feijão<br>Filé de Frango<br>Batata bolinha dourada<br>Salada<br>Fruta e Suco                                                                   |
| Segunda 08                                                                                    | Terça 09                                                                                | Quarta 10                                                                                                     | Quinta 11                                                                                                | Sexta 12                                                                                                                                               |
| Arroz e Feijão<br>Filé de Sobrecoxa<br>Milho na manteiga<br>Salada<br>Fruta e Suco            | Arroz<br>Strogonoff de Carne<br>Batata Palha<br>Salada<br>Fruta e Suco                  | Arroz e Feijão Preto<br>Filé Mignon Suíno<br>Couve refogada<br>Salada<br>Mousse de Maracujá e Suco            | Penne à Bolonhesa<br>(c/ Carne moída e molho ao sugo)<br>Jardineira de Legumes<br>Salada<br>Fruta e Suco | Arroz e Feijão<br>Filé de Peixe (empanado)<br>Purê de Batata<br>Salada<br>Fruta e Suco                                                                 |
| Segunda 15                                                                                    | Terça 16                                                                                | Quarta 17                                                                                                     | Quinta 18                                                                                                | Sexta 19                                                                                                                                               |
| Arroz e Feijão<br>Carne desfiada<br>Brócolis no vapor<br>Salada<br>Fruta e Suco               | Arroz e Feijão<br>Picadinho de Frango<br>Batata assada<br>Salada<br>Fruta e Suco        | Parafuso ao sugo<br>Filé de Frango<br>Chuchu refogado c/ Milho<br>Salada<br>Gelatina e Suco                   | Arroz e Feijão Preto<br>Bife de Panela<br>Farofa Nutritiva (c/ aveia)<br>Salada<br>Fruta e Suco          | Arroz e Feijão<br>Linguiça na chapa<br>Beterraba no vapor<br>Salada<br>Fruta e Suco                                                                    |
| Segunda 22                                                                                    | Terça 23                                                                                | Quarta 24                                                                                                     | Quinta 25                                                                                                | Sexta 26                                                                                                                                               |
| Arroz<br>Strogonoff de Frango<br>Batata Palha<br>Salada<br>Fruta e Suco                       | Arroz e Feijão<br>Filé de Peixe (grelhado)<br>Polenta cremosa<br>Salada<br>Fruta e Suco | Arroz e Feijão Preto<br>Carne moída c/ Legumes<br>(Cenoura e Batata)<br>Salada<br>Delícia de Chocolate e Suco | Espaguete ao sugo<br>Filé Mignon Suíno<br>Abobrinha no vapor<br>Salada<br>Fruta e Suco                   | Arroz e Feijão<br>Frango desfiado c/ milho e requeijão<br>Dadinhos de Tapioca<br>Salada<br>Fruta e Suco                                                |
| Segunda 29                                                                                    | Terça 30                                                                                |                          |                                                                                                          | <b>Cila Omine</b><br><b>Nutricionista</b><br><b>CRN3 5440</b><br> |
| Arroz e Feijão<br>Picadinho de Carne<br>Farofa Nutritiva (c/ aveia)<br>Salada<br>Fruta e Suco | Arroz e Feijão<br>Frango assado<br>Creme de Milho<br>Salada<br>Fruta e Suco             |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                                                                                        |

Obs.

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