



Cardápio de Setembro/2019

ALMOÇO



Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
2 Arroz e Feijão Carne moída com abóbora Farofa nutritiva Repolho e tomate Fruta	3 Arroz e feijão Estrogonofe de frango Batata corada Agrião Fruta	4 Arroz Lentilha com carne Couve refogada Beterraba Fruta	5 Arroz e Feijão Omelete de legumes Escarola refogada Repolho com cenoura Fruta	6 Arroz e Feijão e Macarrão gravatinha Molho à bolonhesa enriquecido abobrinha refogada Alface e tomate Fruta
9 Arroz e Feijão Abobrinha recheada de carne moída Cenoura refogada Rúcula e tomate Fruta	10 Arroz e feijão Escondidinho de frango Couve refogada Tomate Fruta	11 Arroz e feijão Panqueca à pizzaiolo Couve refogada Beterraba Fruta	12 Arroz e feijão Macarrão à bolonhesa com molho enriquecido Abóbrinha refogada Acelga e tomate Fruta	13 Arroz e feijão Ovos escalfados com espinafre Beterraba Rúcula com cenoura Fruta
16 Arroz e feijão Carne moída com beringela e cenoura Farofa Nutritiva Agrião e tomate Fruta	17 Arroz e feijão Filézinho de frango à parmegiana Abóbora com alecrim Folhas verdes Fruta	18 Arroz Feijoada Infantil Couve refogada Beterraba Fruta	19 Arroz e feijão Carne de panela com abóbora Brócolis Alface Fruta	20 Arroz e Feijão Omelete de legumes Escarola refogada Repolho com cenoura Fruta
23 Arroz e Feijão Abobrinha recheada de carne moída Cenoura refogada Rúcula e tomate Fruta	24 Arroz e feijão Escondidinho de frango Couve refogada Tomate Fruta	25 Arroz e feijão Panqueca à pizzaiolo Couve refogada Beterraba Fruta	26 Arroz e feijão Macarrão à bolonhesa com molho enriquecido Abóbrinha refogada Acelga e tomate Fruta	27 Arroz e feijão Ovos escalfados com espinafre Beterraba Rúcula com cenoura Fruta
30 Arroz e Feijão Lazanha à bolonhesa ao molho enriquecido Escarola refogada Acelga e cenoura Fruta				

Cardápio sujeito a alteração sem previo aviso

Nutricionista responsável : Alessandra Moraes



Cardápio de Setembro/2019

SOPAS/JANTAR



Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
2 Creme de Abóbora, repolho e frango	3 Inhame, cenoura, almeirão e carne	4 Sopa de feijão, cenoura, abobrinha, couve e frango	5 Batata e espinafre com carne	6 Creme de Mandioquinha, Acelga e frango
9 Creme de Abóbora, repolho e frango	10 Cará, abobrinha, acelga e carne	11 Feijão, cenoura, chuchu, mandioquinha, couve e frango	12 Batata doce, chuchu, abobora, escarola e carne	13 Inhame, cenoura, agrião e frango
16 Ervilha, mandioquinha, chuchu, repolho e carne	17 Caldo verde com frango	18 Sopa de espinafre com batata e carne	19 Macarrão, legumes e frango	20 Lentilha, cenoura, abóbrinha, couve e carne
23 Creme de mandioca, couve e carne	24 Ervilha, almeirão, legumes e frango	25 Feijão, chuchu, abóbrinha, couve e carne	26 Canja de frango	27 Sopa de espinafre com batata e carne
30 Lentilha, batata, cenoura, acelga e frango				

Cardápio sujeito a alteração sem previo aviso

Nutricionista responsável : Alessandra Moraes