



CARDÁPIO ALMOÇO

UNIDADE : Santa Teresa

MÊS: Março

DIA	SEM	PRINCIPAL	OPÇÃO	PRINCIPAL VEGETARIANO	ARROZ	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA 1	SALADA 2	SOBREMESA	SUCO
6	QUI	Cubos de Frango Grelhados	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Macarrão ao Molho de Tomate	Crua	Cozida		Caju
7	SEX	Carne Suína Acebolada	Ovos Mexidos	Proteína de Soja com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Canjiquinha	Crua	Cozida		Abacaxi
8	SÁB	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
9	DOM	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
10	SEG	Strogonoff de Frango	Omelete de Forno	Strogonoff de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Macarrão Alho e Óleo	Crua	Cozida		Goiaba
11	TER	Carne Suína Desfiada	Ovos Cozidos	Pizza de Proteína	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Maionese	Crua	Crua	Mariola	Caju
12	QUA	Peixe Frito	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Purê de Batata	Crua	Cozida		Acerola
13	QUI	Sobrecoxa Assada	Ovos Mexidos	Lentilha com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Feijão Trepieiro	Crua	Crua	Banana	Manga
14	SEX	Isca Bovina Acebolada	Ovos Fritos	Panqueca de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Polenta ao Sugo	Crua	Cozida		Uva
15	SÁB	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
16	DOM	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
17	SEG	Carne de Panela	Ovos Mexidos	Quibe de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Purê de Alpim	Crua	Cozida		Acerola
18	TER	Lasanha de Frango	Ovos Fritos	Lasanha de Queijo	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Inhame Sauté	Crua	Crua		Goiaba
19	QUA	Bife Suíno Empanado	Ovos Fritos	Grão de Bico ao Vinagrete	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Creme de Milho	Crua	Cozida	Banana	Manga
20	QUI	Bobó de Frango	Ovos Mexidos	Bobó de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Farofa	Crua	Cozida		Caju
21	SEX	Churrasco Misto	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Salpicão de Repolho	Crua	Cozida	Paçoca	Abacaxi
22	SÁB	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
23	DOM	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
24	SEG	Cubos de Frango Xadrez	Ovos Mexidos	Proteína de Soja com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Tutu de Feijão	Crua	Cozida		Goiaba
25	TER	Peixe ao Escabeche	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Pirão	Crua	Cozida	Mariola	Caju
26	QUA	Escondidinho de Carne Moída	Omelete	Escondidinho de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Vermelho	Banana Frita	Crua	Cozida	Banana	Acerola
27	QUI	Carne Suína ao Molho Barbecue	Ovos Mexidos	Bolinho de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Macarroneze	Crua	Cozida		Manga
28	SEX	Sobrecoxa Assada	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Purê de Abóbora	Crua	Cozida		Limão
29	SÁB	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
30	DOM	SEM ATIVIDADES LETIVAS									
31	SEG	Strogonoff Bovino	Ovos Mexidos	Strogonoff de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Macarrão Alho e Óleo	Crua	Cozida		Manga

Obs: Cardápio sujeito à alterações, por entre safra e intercorrências operacionais.

Patricia Fabris - CRN4 10100064

Patricia Fabris
Nutricionista
CRN 1010064

DIA		SEM	PRINCIPAL	OPÇÃO	PRINCIPAL VEGETARIANO	ARROZ	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA 1	SALADA 2	SOBREMESA	SUCO
6	QUI		Carne de Panela	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Polenta com Queijo	Crua	Cozida		Manga
7	SEX	SEM ATIVIDADES LETIVAS										
8	SÁB											
9	DOM											
10	SEG		Carne Suína ao Molho Barbecue	Omelete	Grão de Bico com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Farofa	Crua	Crua		Acerola
11	TER		Escondidinho de Frango	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Batata Doce Dorê	Crua	Crua		Goiaba
12	QUA		Carne Bovina ao Molho	Ovos Mexidos	Ovos Mexidos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Tutu de Feijão	Crua	Cozida		Manga
13	QUI		Churrasco Misto	Ovos Fritos	Proteína de Soja com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Purê de Abóbora	Crua	Cozida		Caju
14	SEX	SEM ATIVIDADES LETIVAS										
15	SÁB											
16	DOM											
17	SEG		Cubos de Frango Grelhados	Ovos Mexidos	Quibe de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Canjiquinha	Crua	Cozida		Goiaba
18	TER		Almôndegas ao Molho	Ovos Fritos	Proteína de Soja com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Macarrão Alho e Óleo	Crua	Cozida		Caju
19	QUA		Sobrecoxa Assada	Ovos Mexidos	Ovos Mexidos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Purê de Batata	Crua	Cozida		Acerola
20	QUI		Carne Suína ao Molho Barbecue	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Polenta	Crua	Crua		Manga
21	SEX	SEM ATIVIDADES LETIVAS										
22	SÁB											
23	DOM											
24	SEG		Isca Bovina Acebolada	Ovos Mexidos	Proteína de Soja com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Creme de Inhame	Crua	Cozida		Acerola
25	TER		Frango à Pizzaiolo	Ovos Fritos	Ovos Fritos	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Alpim Sauté	Crua	Cozida		Goiaba
26	QUA		Carne Suína Acebolada	Ovos Fritos	Lentilha com Legumes	Arroz/Arroz Integral	Feijão Vermelho	Macarrão ao Molho de Tomate	Crua	Cozida		Manga
27	QUI		Fricassé de Frango	Omelete	Fricassé de Proteína de Soja	Arroz/Arroz Integral	Feijão Carioca	Farofa	Crua	Crua		Caju
28	SEX	SEM ATIVIDADES LETIVAS										
29	SÁB											
30	DOM											
31	SEG		Lasanha de Frango	Ovos Mexidos	Lasanha de Queijo	Arroz/Arroz Integral	Feijão Preto	Maionese	Crua	Crua		Caju

Obs: Cardápio sujeito à alterações, por entre safra e intercorrências operacionais.

Patricia Fabris - CRN4 10100064

Patricia Fabris
Nutricionista
CRN 10100064

CARDÁPIO LANCHES

UNIDADE : Santa Teresa

MÊS: Março

DIA	SEM	Desjejum	Lanche da Tarde
6	QUI	Pão Doce com Manteiga/Café com Leite/Suco Acerola	Pipoca/Suco de Manga
7	SEX	Pão Francês com Presunto/Café com Leite/Suco Manga	Pão Doce com Manteiga/Suco Abacaxi
8	SÁB	SEM ATIVIDADES LETIVAS	
9	DOM		
10	SEG	Pão Doce com Manteiga/Café com Leite/Suco Caju	Pão Francês com Presunto/Suco de Acerola
11	TER	Bolo Mesclado/Café com Leite/Banana/Suco Acerola	Pão Francês com Manteiga/Achocolatado
12	QUA	Pão Francês com Queijo/lorurte/Suco Goiaba	Bolo de Fubá/Café
13	QUI	Pão Doce com Manteiga/Café/Leite Queimado/Suco Manga	Pão Doce com Goiabada/Suco de Caju
14	SEX	Banana da Terra Cozida/Café com Leite/Suco Caju	Pão Doce com Manteiga/Suco de Uva
15	SÁB	SEM ATIVIDADES LETIVAS	
16	DOM		
17	SEG	Torrada/Café com Leite/Suco de Acerola	Pão Francês com Manteiga/Leite Queimado
18	TER	Pão Francês com Manteiga/Café com Leite/Suco de Goiaba	Bolo de Mesclado/Suco de Caju
19	QUA	Pão Francês com Presunto/Café/Achocolatado/Suco de Caju	Biscoito Caseiro/lorurte
20	QUI	Bolo Simples/Café com Leite/Banana/Suco de Acerola	Pão Francês com Queijo/Café
21	SEX	Pão Francês com Manteiga/Café com Leite/Suco Manga	Pão Doce com Manteiga/Suco de Abacaxi
22	SÁB	SEM ATIVIDADES LETIVAS	
23	DOM		
24	SEG	Pão Doce com Queijo/Café com Leite/Suco de Goiaba	Pão Francês com Manteiga/Vitamina de Morango
25	TER	Bolo de Coco/Café com Leite/Banana/Suco de Acerola	Pipoca/Suco de Manga
26	QUA	Pão Francês com Queijo/Café/Leite Queimado/Suco Goiaba	Salada de Fruta com Mel
27	QUI	Pão Francês com Manteiga/Café com Leite/Suco de Manga	Pão Doce com Margarina/Achocolatado
28	SEX	Aipim Cozido/Café/lorurte/Suco de Caju	Pão Doce com Presunto/Suco de Limão
29	SÁB		
30	DOM		
31	SEG	Torrada/Café com Leite/Suco de Acerola	Bolinho de Chuva/Café

Obs: Cardápio sujeito à alterações, por entre safra e intercorrências operacionais.

Patricia Fabris - CRN4 10100064