



Cardápio
Agosto 2017

Almoço	Terça 01/08	Quarta 02/08	Quinta 03/08	Sexta 04/08
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Tabule	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Palmito	Alface c/ tomate Repolho roxo
1 salada cozida	Couve folha	Vagem	Ovo	Chuchu c/milho
Complemento	Aipim cozido	Farofa com ovo	Legumes sauté	Purê de batata
Guarnição	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral Espaguete ao alho e óleo	Feijão Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Panqueca colorida de frango	Paulista ao molho	Molho á bolonhesa	Strogonoff de carne
Opção	Isca de carne com molho	Filé de peixe assado ao forno	Filé de frango á parmegiana	Quiche de queijo
Sobremesa	Frutas/ torta de abacaxi	Frutas	Frutas	Frutas/ gelatina
Bebidas	Suco laranja/ Goiaba Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Maracujá Água de coco

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697/P



Cardápio
Agosto 2017

Almoço	Segunda 07/08	Terça 08/08	Quarta 09/08	Quinta 10/08	Sexta 11/08
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Tomate cereja c/ acelga	Alface c/ tomate Cenoura	Alface c/ tomate Rúcula	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Vinagrete
1 salada cozida	Vagem c/ milho	Ovo	Couve flor /milho verde	Lentilha	Batata c/ ervilha
Complemento	Legumes sauté	Batata dorê	Purê de aipim	Frigideira de repolho	Legumes cozido
Guarnição	Feijão preto Arroz branco Arroz integral Penne ao molho branco	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão c/ quiabo Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral Macarrão ao alho e óleo	Feijão Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Filé de carne ao molho ferrugem	Ensopado de frango	Bife de carne c/ batata corada	Almôndega ao molho de tomate	Pizza
Opção	Torta de bacalhau	Quibe de carne	Frango xadrez	Filé de frango à milanesa	Isca de frango c/ molho
Sobremesa	Frutas/barrinha	Frutas	Frutas	Frutas/ brigadeiro	Frutas
Bebidas	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Maracujá Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697/P



Cardápio
Agosto 2017

Almoço	Segunda 14/08	Terça 15/08	Quarta 16/08	Quinta 17/08	Sexta 18/08
2 saladas cruas	Acelga c/ tomate Tomate cereja	Alface c/ tomate Repolho roxo	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Cenoura	Alface c/ tomate Beterraba
1 salada cozida	Ovo codorna	Vagem c/ milho	Lentilha	Grão de bico	Cenoura com ervilha
Complemento	Batata gratinada	Purê de batata	Banana cozida	Quiabo com abóbora	Legumes cozido
Guarnição	Feijão Arroz branco Arroz integral Espaguete ao alho e óleo	Feijão c/ couve Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral Macarrão ao molho de tomate	Feijão Arroz branco Arroz integral
Prato principal	Coxa e sobrecoxa ao forno com batata	Strogonoff de frango	Quiabada	Carne assada com batata	Lasanha
Opção	Filé de peixe ao molho	Bife de carne acebolada	Panqueca colorida de queijo	Filé de frango ao molho de laranja	Frango grelhado
Sobremesa	Frutas/gelatina	Frutas	Frutas	Fruta	Frutas/mousse
Bebidas	Suco laranja/ Goiaba Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Maracujá Água de coco	Suco laranja/ uva Água de coco

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697/P



Cardápio
Agosto 2017

Almoço	Segunda 21/08	Terça 22/08	Quarta 23/08	Quinta 24/08	Sexta 25/08
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Agrião	Alface c/ tomate Mix de folhas	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Cenoura	Alface c/ tomate Acelga c/ tomate seco
1 salada cozida	Feijão branco	Ovo	Beterraba c/ ervilha	-	Brócolis com milho
Complemento	Legumes sauté	Purê de banana	Batata doré	Pirão	Legumes cozido
Guarnição	Feijão Arroz branco Arroz integral Macarrão alho e óleo	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral Nhoque ao molho de tomate
Prato principal	Almôndega de frango ao molho de tomate	Filé de peixe ao molho	Fricassê de frango	Cozido	Coxa e sobrecoxa assada
Opção	Filé de carne ao molho madeira	Filé de frango á rolê com queijo	Bife de carne com molho	Frango grelhado	Isca de carne ao molho
Sobremesa	Frutas	Frutas	Frutas/ bolo de chocolate	Frutas	Frutas/gelatina
Bebidas	Suco laranja/ maracujá Água de coco	Suco laranja/ uva Água de coco	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697/P



Cardápio
Agosto 2017

Almoço	Segunda 28/08	Terça 29/08	Quarta 30/08	Quinta 31/08
2 saladas cruas	Alface c/ tomate Vinagrete	Alface c/ tomate Acelga c/ granola	Alface c/ tomate Pepino	Alface c/ tomate Cenoura
1 salada cozida	Couve folha refolegado	Berinjela	Repolho refolegado	Brócolis
Complemento	Feijão tropeiro	Batata palito assada	Aipim cozido	Batata corada
Guarnição	Feijão preto Arroz branco Arroz integral Macarrão	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão Arroz branco Arroz integral	Feijão c/ abóbora Arroz branco Arroz integral Parafuso temperado
Prato principal	Lombo ao molho recheado com cenoura	Bife de carne ao molho	Quiabada	Filé de carne á parmegiana
Opção	Omelete de frango	Nuggets de frango caseiro	Empadão de frango	Ensopado de frango
Sobremesa	Frutas	Frutas/ pudim	Frutas	Frutas
Bebidas	Suco laranja/ Cajá Água de coco	Suco laranja/ Manga Água de coco	Suco laranja/ Goiaba Água de coco	Suco laranja/ Uva Água de coco

*cardápio sujeitos a alterações

*Tempero para salada: sal e um molho

Nutricionista: Mariluce Santana
CRN5 7697/P