CARDÁPIO NOVEMBRO

CARDÁPIO NOVEMBRO					
SEMANA 1 02/11 a 06/11	Almoço/Jantar				
	Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa
Segunda-feira	FERIADO				
Terça-feira	Arroz Branco e Feijão Branco	Carne Moída	Couve refogada	Salada	Fruta
Quarta-feira	Arroz Integral	Estrogonofe de Carne *Contém: lactose*	Batata Assada com Alecrim	Salada	Fruta
Quinta-feira	Macarrão Integral com Molho de Tomate *Contém: glúten e ovo*	Sobrecoxa assada com Alecrim	Chuchu refogado	Salada	Fruta
Sexta-feira	Arroz Branco e Feijão Preto	Ovo Frito	Mix de Legumes	Salada	Fruta

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN: 60748

CARDÁPIO NOVEMBRO

CARDÁPIO NOVEMBRO					
SEMANA 2 09/11 a 13/11	Almoço/Jantar				
	Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa
Segunda-feira	Arroz Branco e Lentilha	Bife de Panela	Farofa de Legumes *Contém: glúten*	Salada	Fruta
Terça-feira	Macarrão Integral ao Alho e Óleo *Contém: glúten e ovo*	Carne Moída	Mix de Legumes	Salada	Fruta
Quarta-feira	Arroz Branco e Feijão Preto	Peixe Assado com Brócolis e Batata	Couve refogada	Salada	Fruta
Quinta-feira	Arroz Branco e Feijão Carioca	Omelete	Abobrinha assada com Azeite e Alecrim	Salada	Fruta
Sexta-feira	Arroz Integral e Feijão Preto	Fricassé de Frango *Contém: glúten e lactose*	Vagem refogada	Salada	Fruta

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN: 60748

CARDÁPIO NOVEMBRO

CARDÁPIO NOVEMBRO					
SEMANA 3 16/11 a 20/11	Almoço/Jantar				
	Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa
Segunda-feira	Macarrão Integral *Contém: glúten e ovo*	Molho à Bolonhesa	Mix de Legumes	Salada	Fruta
Terça-feira	Arroz Branco e Feijão Carioca	Peixe assado	Creme de Espinafre *Contém: glúten e lactose*	Salada	Fruta
Quarta-feira	Arroz Branco e Feijão Preto	Ovo Mexido	Couve-flor e Brócolis ao Alho e Óleo	Salada	Fruta
Quinta-feira	Arroz Branco e Feijão Carioca	Sobrecoxa assada com Alecrim	Purê de Batata *Contém: lactose*	Salada	Fruta
Sexta-feira	FERIADO				

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN: 60748

CARDÁPIO NOVEMBRO

CARDÁPIO NOVEMBRO					
SEMANA 4 23/11 a 27/11	Almoço/Jantar				
	Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa
Segunda-feira	Arroz Branco e Feijão Carioca	Tiras de Frango de Acebolado	Abóbora Cabotiá Assada	Salada	Fruta
Terça-feira	Arroz Integral e Grão de Bico	Ovo Mexido	Mix de Legumes	Salada	Fruta
Quarta-feira	Arroz Branco e Feijão Carioca	Omelete com Tomate e Salsinha	Espinafre ao Alho e Óleo	Salada	Fruta
Quinta-feira	Arroz Branco e Feijão Preto	Filé de Peixe grelhado	Purê de Batata *Contém: lactose*	Salada	Fruta
Sexta-feira	Macarrão Integral com Molho de Tomates *Contém: glúten e ovo*	Carne Louca	Couve-Flor e Cenoura com Azeite e Ervas	Salada	Fruta

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN: 60748