

CARDÁPIO DO INTEGRAL – SETEMBRO / 2019

Todos os dias são servidos arroz, feijão, salada de alface, tomate, cenoura ralada e suco de fruta natural. Nos dias de peixe há a opção de carne ou frango.

Segunda feira: feijão preto e salada de maionese. Quarta e sexta: macarrão

| 2 / 9 2ª FEIRA | 3 / 9 3ª FEIRA | 4 / 9 4ª FEIRA | 5 / 9 5ª FEIRA | 6 / 9 6ª FEIRA |
|---|--|--|--|---|
| Bife com cebola caramelada Filé de frango Farofa brasileira Rabanete agri-doce Frutas | Strogonoff de carne Filé de frango grelhado Batata Milho Creme de abacate + fruta | Bife a parmegiana Filé de frango Vagem refogada Salada colorida Salada de frutas + fruta | Escalope Ovos mexidos com queijo Chips de abobrinha Batata bolinha Gelatina + fruta | Tiras de alcatra Filé de frango Chuchu Beterraba Frutas |
| 9 / 9 2ª FEIRA | 10 / 9 3ª FEIRA | 11 / 9 4ª FEIRA | 12 / 9 5ª FEIRA | 13 / 9 6ª FEIRA |
| Carne moída Coxinha da asa Panache de legumes Abobrinha ralada com queijo Frutas | Rosbife Filé de frango Batata Salada grega Bolo de maçã + fruta | Carne desfiada Filé de frango Virado de vagem Pepino Frutas | Bife de panela Linguíça de frango Purê de abóbora Batata bolinha Mini mousse de maracujá + fruta | Peixe Filé de frango pomodoro Batata sauté Beterraba Frutas |
| 16 / 9 2ª FEIRA | 17 / 9 3ª FEIRA | 18 / 9 4ª FEIRA | 19 / 9 5ª FEIRA | 20 / 9 6ª FEIRA |
| Maminha acebolada Omelete Farofa Maionese Frutas | Cubos de carne Frango suíço Mandioca Pepino agri-doce Bolo de chocolate + fruta | Bife grelhado Cubos de frango Chuchu gratinado Tomatinho cereja com frios Frutas | Strogonoff Filé de frango Batata Beterraba Gelatina cremosa + fruta | Isca de carne Filé de frango Milho na manteiga Brócolis Frutas |
| 23 / 9 2ª FEIRA | 24 / 9 3ª FEIRA | 25 / 9 4ª FEIRA | 26 / 9 5ª FEIRA | 27 / 9 6ª FEIRA |
| Fraldinha assada Filé de frango empanado Batata francesa Chuchu | Bife grelhado Frango parisiense Chips de jiló Lentilha vinagrete Bolo mesclado + fruta | Strogonoff de carne Filé de frango Batata Brócolis Salada de frutas + fruta | Bife Nuggets Virado de abobrinha Beterraba Mini doce de leite de colher + fruta | Isca de peixe Bife com molho Couve flor com cenoura Pepino Frutas |

Cardápio sujeito à alteração em decorrência de qualidade dos produtos e/ou atraso de fornecedor
Roberta Poltronieri - Nutricionista