

Cardápio 2010

1ª Semana

Dia	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Almoço	Arroz Branco Feijão Carioca Frango Grelhado Cenoura Cozida Salada Fruta (abacaxi)	Arroz Branco Feijão Carioca Iscas de Carne Salada Fruta (banana)	Arroz Branco Feijão Carioca Bife Rolê Espinafre Refogado Salada Fruta (mamão)	Risoto de Frango Salada Salada de Fruta	Arroz Branco Feijão Carioca Almôndega assada Batata Sauté Salada Fruta (maçã)

2ª Semana

Dia	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Almoço	Arroz a Grega Lagarto de Panela Abobrinha Refogada Salada Fruta (abacaxi)	Arroz Branco Feijão Carioca Bife de Frango Beterraba Cozida Salada Fruta (melancia)	Arroz Branco Feijão Carioca Carne com legumes Salada Fruta (laranja)	Arroz Branco Feijão Carioca Jardineira de Carne Moida Chuchu Refogado Salada Gelatina	Arroz Branco Feijão Carioca Omelete com Legumes Strogonoff de Carne Salada Sagu com Groselha

3ª Semana

Dia	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Almoço	Arroz Branco Feijão Carioca Purê de Batata Carne Moida Legumes Gelatina	Arroz Branco Feijão Carioca Carne de Panela Salada Fruta (abacaxi)	Arroz Branco Feijão Carioca Frango a Milanesa Creme de Milho Salada Gelatina	Arroz Branco Feijão Carioca Almôndega assada Brócoli Refogado Salada Gelatina	Macarronada Arroz Legumes Cozidos Salada Fruta (manga)

4ª Semana

Dia	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Almoço	Arroz Branco Feijão Carioca Frango Assado Legumes Cozidos Salada Fruta (melancia)	Arroz Branco Feijão Carioca Panqueca de Carne Salada Gelatina	Arroz Branco Strogonoff de Frango Batata Palha Salada Legumes Cozidos Salada de Frutas	Macarronada Kibe Assado Salada Gelatina	Arroz Branco Feijão Carioca Panqueca de Carne Salada Fruta (maçã)

Dia	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Jantar	Creme de Ervilha	Canja de Galinha	Sopa de Legumes com Macarrão de Letrinha	Sopa de Feijão com Macarrão	Sopa de Lentilha com Carne

Dia	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Café da Manhã	Leite com chocolate Bisnaga com manteiga Fruta da época	Suco Pão de queijo Gelatina	Leite com chocolate Bolacha Salgada Fruta da época	Leite Puro Bolo de chocolate Gelatina	Suco de laranja Bisnaga com requeijão Salada de Frutas

Dia	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Café da Tarde	Leite Puro Pão com Manteiga Fruta da Época	Suco Pão de queijo Gelatina	Leite com chocolate Bolacha Salgada Fruta da época	Leite Puro Bolo de chocolate Gelatina	Suco de laranja Bisnaga com requeijão Salada de Frutas

Letícia Carmignoto
Nutricionista
CRN 26279