

CARDÁPIO/ 2024 – B1

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 05/08	Maçã	Arroz Feijão Carioca Frango em cubos com tomate Escarola refogada com cenoura	Mexerica	Creme de mandioca com carne moída
Terça-feira 06/08	Banana	Arroz meio a meio Feijão Carioca Iscas de carne grelhadas Beterraba ao vapor	Pera	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Quarta-feira 07/08	Mamão	Arroz meio a meio Feijão Carioca Picadinho de carne com legumes Tirinhas de pepino	Melão	Macarrão com tiras de frango
Quinta-feira 08/08	Melão	Arroz Feijão Carioca Omelete de espinafre Mandioquinha ao azeite e ervas	Banana	Sopa de feijão com legumes e carne
Sexta-feira 09/08	Manga	Arroz com inhame Feijão Carioca Frango desfiado Abobrinha refogada Tomate cereja cortado ao meio	Maça	Sopa de grão de bico e legumes

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 12/08	Banana com aveia	Arroz meio a meio Feijão Carioca Carne de panela Beterraba ao vapor	Mamão	Sopa de legumes e macarrão de letrinhas
Terça-feira 13/08	Maçã	Arroz com inhame Feijão Carioca Sobrecoxa de frango assada e desfiada com batatas Cenoura ao vapor	Morango	Creme de abóbora com carne desfiada
Quarta-feira 14/08	Mamão	Arroz Feijão Carioca Carne moída com chuchu Tomate em cubinhos	Banana	Risotinho de Caipira (Arroz cremoso com milho e ovos)
Quinta-feira 15/08	Manga	Arroz Feijão Preto Pernil refogado Couve manteiga refogada com tomate	Maçã	Canja (sopa de legumes, frango e arroz integral)
Sexta-feira 16/08	Abacate	Arroz meio a meio Feijão Carioca Isca de frango Purê de mandioquinha	Pera	Risotinho de carne (arroz cremoso com legumes e carne desfiada)

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 19/08	Mamão	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé de frango grelhado com tomate e manjericão Couve-flor ao azeite e ervas	Melancia	Creme de mandioquinha com frango desfiado
Terça-feira 20/08	Manga	Arroz meio a meio Feijão carioca Iscas de carne grelhadas Escarola refogada	Maçã	Risotinho de caipira (arroz cremoso com milho e ovos)
Quarta-feira 21/08	Melão	Macarrão ao sugo Isca de frango grelhados Cenoura ao vapor	Banana	Purê de batatas e carne moída
Quinta-feira 22/08	Maçã	Arroz Lentilha com carne moída Batatas coradas Tomate em cubinhos	Abacaxi	Sopa de legumes e frango desfiado
Sexta-feira 23/08	Abacate	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé mignon suíno Berinjela refogada	Manga	Sopa de abóbora com carne e espinafre

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 26/08	Pera	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé de frango grelhado Espinafre refogado	Melancia	Creme de mandioca com carne em cubos
Terça-feira 27/08	Melão	Arroz Feijão Carioca Iscas de carne refogadas Berinjela refogada	Laranja	Sopa de legumes e macarrão
Quarta-feira 28/08	Manga	Arroz e Grão de Bico com carne e cenoura Abobrinha grelhada	Pera	Polenta cremosa com carne moída e legumes
Quinta-feira 29/08	Banana	Arroz meio a meio Feijão Carioca Carne de panela Vagem ao azeite e ervas	Maçã	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Sexta-feira 30/08	Morango	Arroz Feijão Carioca Carne moída Brócolis e Cenoura ao vapor	Manga	Sopa de legumes