



ALMOÇO SEMANA 1 - JAN/FEV 2018



	PRINCIPAL	PROTEÍNA	SALADA FRIA	SALADA COZIDA	GUARNIÇÃO	SOBREMESA
29 SEGUNDA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FEIJÃO BRANCO ARROZ INTEGRAL	ESTROGONOFE DE FRANGO FILET DE CARNE ACEBOLADO	MIX DE FOLHAS AIPO PEPINO FATIADO TOMATE FATIADO	CENOURA CUBOS BETERRABA FATIADA MILHO VERDE	BATATA PALHA ABOBRINHA REFOGADA TORRADINHAS	FRUTA GELATINA
30 TERÇA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA LENTILHA ARROZ INTEGRAL	SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA ROCAMBOLE DE CARNE MOÍDA	MIX DE FOLHAS CENOURA RALADA BETERRABA RALADA TOMATE CUBOS	VAGEM AO VAPOR SALADA DE GRÃO DE BICO MANDIOQUINHA FATIADA	ACELGA REFOGADA ABÓBORA REFOGADA TORRADINHAS	FRUTA AÇÁI
31 QUARTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FEIJOADA ARROZ INTEGRAL	LOMBO ASSADO CARNE SECA	MIX DE FOLHAS TOMATE FATIADO TABULE CENOURA RALADA	BRÓCOLIS AO VAPOR BETERRABA EM CUBOS BATATA VINAGRETE	COUVE-MANTEIGA REFOGADA MANDIOCA NA MANTEIGA TORRADINHAS	FRUTA GELATINA
1 QUINTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA TUTU DE FEIJÃO ARROZ INTEGRAL	LASANHA BOLONHESA FILÉ DE FRANGO GRELHADO	MIX DE FOLHAS PEPINO FATIADO TOMATE EM TIRAS BETERRABA RALADA	CHUCHU AO VAPOR SALADA DE BATATA TOMATINHO RECHEADO	ABOBRINHA REFOGADA BERINJELA GRATINADA TORRADINHAS	FRUTA PICOLÉ
2 SEXTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FEIJÃO AZUKI ARROZ INTEGRAL	FILÉ DE TILÁPIA GRELHADO OMELETE NUTRITIVO	MIX DE FOLHAS REPOLHO ROXO TOMATE EM CUBOS CENOURA RALADA	SALPICÃO DE FRANGO COUVE-FLORES AO VAPOR PALMITO	PURÊ DE MANDIOQUINHA BATATA PALITO ASSADA TORRADINHAS	FRUTA GELATINA

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: As alterações podem acontecer por diversos fatores, tais como logística, maturação das frutas, etc.

Caso haja alterações, serão atualizadas nos cardápios ao final de cada dia.