

**CANTINA ESCOLAR**  
**CARDÁPIO DE 01 A 28 DE SETEMBRO DE 2018**

	<b>SEGUNDA 03</b>	<b>TERÇA 04</b>	<b>QUARTA 05</b>	<b>QUINTA 06</b>	<b>SEXTA 07</b>
<b>Entrada</b>	Alface Tomate Brócolis	Alface Beterraba coz Repolho	Alface Cenoura Tomate	Radiche c/ bacon pepino Tomate	Rúcula Tomate Broto Alfafa
<b>Prato Principal</b>	Linguíça de frango	Carne moída ao sugo	Bife de frango grelhado	Costelinha suína assada	Iscas de gado ao molho
<b>Guarnições</b>	Batata souté Repolho ref Arroz/Feijão Suco natural	Polenta Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Macarrão ao molho branco Couve chinesa ref Arroz/Feijão Suco natural	Mandioca cozida Couve refogada Arroz/Feijão Suco natural	Panqueca de carne moída Ervilha ref Arroz/Feijão Suco natural
<b>Sobremesa</b>	Creme	Frutas picadas	Mousse	Frutas picadas	Gelatina
	<b>SEGUNDA 10</b>	<b>TERÇA 11</b>	<b>QUARTA 12</b>	<b>QUINTA 13</b>	<b>SEXTA 14</b>
<b>Entrada</b>	Alface Cenoura Couve flor	Tomate Repolho Agrião	Alface Pimentão Beterraba coz	Alface Tomate Broto de alfafa	Alface Cenoura coz Repolho roxo
<b>Prato Principal</b>	Iscas de frango aceboladas	Empanado	Frango assado	Carne de panela	Bife de gado ao molho madeira
<b>Guarnições</b>	Purê de batatas Milho ref Arroz/Feijão Suco natural	Lasanha Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Macarrão com bacon Abobrinha ref Arroz/Feijão Suco Natural	Mandioca Repolho ref Arroz/Feijão Suco Natural	Batata gratinada Moranga coz Arroz/Feijão Suco natural
<b>Sobremesa</b>	Creme	Frutas picadas	Gelatina	Mousse	Frutas picadas
	<b>SEGUNDA 17</b>	<b>TERÇA 18</b>	<b>QUARTA 19</b>	<b>QUINTA 20</b>	<b>SEXTA 21</b>
<b>Entrada</b>	Alface Tomate Rúcula	Tomate Cenoura Agrião	Cenoura Tomate Broto de alfafa	Alface Beterraba coz Rúcula	Alface americana Brócolis Cenoura
<b>Prato Principal</b>	Iscas de gado ao sugo	Sobrecoca assada	Carne moída c/ batatas	Bife de Frango	Strogonoff de gado
<b>Guarnições</b>	Bolinho de arroz Mix de legumes Arroz/Feijão Suco Natural	Batata doce caramelada Repolho ref Arroz/Feijão Suco Natural	Tortei Milho ref Arroz/Feijão Suco Natural	Purê de batatas Seleta de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Batata frita Refogado de brócolis Arroz/Feijão Suco natural
<b>Sobremesa</b>	Frutas picadas	Sagu	Mousse	Frutas picadas	Sagu

	<b>SEGUNDA 24</b>	<b>TERÇA 25</b>	<b>QUARTA 26</b>	<b>QUINTA 27</b>	<b>SEXTA 28</b>
<b>Entrada</b>	Alface Cenoura coz Cebola	Alface Repolho Couve flor	Radiche Tomate Cenoura coz	Broto alfafa Beterraba Agrião	Alface Tomate Rúcula
<b>Prato Principal</b>	Carne moída	Bife de Frango	Strogonoff de frango	Linguiça suina	Carne de panela
<b>Guarnições</b>	Polenta Ref de espinafre Arroz/Feijão Suco Natural	Lasanha bolonhesa Seleta de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Purê de batatas Seleta de legumes Arroz/Feijão Suco Natural	Panqueca de carne moída Mix de legumes Arroz/Feijão Suco Natural	Macarronada c/ tomate e manjeriçã Ervilha ref Arroz/Feijão Suco Natural
<b>Sobremesa</b>	Sagu	Creme	Frutas picadas	Mousse	Frutas picadas

*Tatiana Turski*  
Tatiana Turski  
Nutricionista  
CRN2 12388D