

CANTINA ESCOLAR
CARDÁPIO DE 01 A 31 DE AGOSTO DE 2018

	-	-	QUARTA 01	QUINTA 02	SEXTA 03
Entrada	-	-	Alface Repolho roxo Tomate	Rúcula Tomate Pepino	Alface Beterraba coz Repolho
Prato Principal	-	-	Isclas de gado ao molho	Peito de frango grelhado	Empanado
Guarnições	-	-	Tortei Ervilha ref Arroz/Feijão Suco natural	Espaguete ao sugo Moranga coz Arroz/Feijão Suco natural	Batata Souté Abobrinha ref Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	-	-	Creme	Frutas picadas	Mousse
	SEGUNDA 06	TERÇA 07	QUARTA 08	QUINTA 09	SEXTA 10
Entrada	Alface Brócolis coz Cenoura	Tomate Repolho Agrião	Alface Couve flor Beterraba coz	Alface Tomate Broto de alfafa	Alface coz Cenoura Repolho
Prato Principal	Carne de panela	Frango assado	Strogonoff de gado	Linguíça Suína	Frango grelhado
Guarnições	Mandioca Couve ref Arroz/Feijão Suco natural	Bolinho de Arroz Milho ref Arroz/Feijão Suco natural	Batata frita Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Purê de Batatas Repolho ref Arroz/Feijão Suco natural	Macarrão c/ molho branco Couve chinesa ref Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	Mousse	Frutas picadas	Creme	Mousse	Frutas picadas
	SEGUNDA 13	TERÇA 14	QUARTA 15	QUINTA 16	SEXTA 17
Entrada	Alface couve flor Rúcula	Tomate Cenoura Agrião	Alface Radiche c/ bacon Tomate	Alface Beterraba coz Rúcula	Alface Tomate Cenoura
Prato Principal	Costela suína assada	Carne moída ao sugo	Empanado frito	Isclas de frango aceboladas	Cubos de gado em molho
Guarnições	Macarrão ao sugo Abobrinha ref Arroz/Feijão Suco natural	Polenta Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Purê de batatas Couve folha ref Arroz/Feijão Suco natural	Mandioca Brócolis ref Arroz/Feijão Suco natural	Batata gratinada Moranga coz Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	Gelatina	Creme	Sagu	Frutas picadas	Mousse

	SEGUNDA 20	TERÇA 21	QUARTA 22	QUINTA 23	SEXTA 24
Entrada	Alface Cenoura coz Agrião	Alface Tomate Couve flor	Radiche Beterraba Repolho	Broto alfafa Cenoura Agrião	Alface Tomate Rúcula
Prato Principal	Bife de Frango	Carne de panela	Peixe	Linguiça assada	Carne moída ao molho
Guarnições	Lasanha bolonhesa Seleta de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Panqueca espinafre c/ carne Ervilha ref Arroz/Feijão Suco natural	Polenta Abobrinha ref Arroz/Feijão Suco natural	Purê de batatas Couve chinesa ref Arroz/Feijão Suco natural	Mandioca coz Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	Sagu	Torta de bolacha	Frutas picadas	Mousse	Creme
	SEGUNDA 27	TERÇA 28	QUARTA 29	QUINTA 30	SEXTA 31
Entrada	Alface Agrião Brócolis	Alface Tomate Beterraba coz	Alface Cenoura Tomate	Alface Beterraba Rúcula	Alface Tomate Broto alfafa
Prato Principal	Iscas de gado ao molho madeira	Bife de frango grelhado	Costela suína assada	Carne moída c/ batatas	Strogonoff de frango
Guarnições	Batata Souté Milho ref Arroz/Feijão Suco natural	Penne ao sugo Seleta de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Mandioca coz Brócolis ref Arroz/Feijão Suco natural	Tortei Mix de legumes Arroz/Lentilha Suco natural	Purê de batatas Couve folha ref Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	Frutas picadas	Mousse	Frutas picadas	Creme	Sagu

Tatiana Turski
Tatiana Turski
Nutricionista
CRN2 12388D