

CANTINA ESCOLAR
CARDÁPIO DE 01 A 31 DE JULHO DE 2019

	SEGUNDA 01	TERÇA 02	QUARTA 03	QUINTA 04	SEXTA 05
Entrada	Alface Rabanete Cenoura coz em cubos	Alface Beterraba coz Tomate	Repolho Couve flor Cenoura ralada	Alface Chuchu c/ salsinha Tomate	Repolho Beterraba Rúcula
Prato Principal	Iscas de frango em molho	Carne de gado em molho	Costela suína assada	Strogonoff de frango	Bife de gado grelhado
Guarnições	Purê de batatas Milho ref Arroz/Feijão carioca Suco natural	Lasanha de frango Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Mandioca c/ bacon Repolho ref Arroz/Feijão Suco natural	Macarrão a bolonhesa Abobrinha ref Arroz/Feijão Suco natural	Panqueca de moranga Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	Pudim	Frutas picadas	Gelatina	Frutas Picadas	Creme
	SEGUNDA 08	TERÇA 09	QUARTA 10	QUINTA 11	SEXTA 12
Entrada	Alface Brócolis Pepino	Repolho Beterraba crua Chuchu coz	Alface Rabanete Cenoura em cubos	Alface Broto de alfafa tomate c/ manjeriço	Couve flor Cenoura ralada Pepino
Prato Principal	Carne moída	Linguiça suína assada	Sobrecosta de frango assada	Empanado de frango	Bife de gado ao molho madeira
Guarnições	Polenta coz Couve folha ref Arroz/Feijão Suco natural	Macarrão ao molho branco Abobrinha ref Arroz/Feijão Suco natural	Purê de batatas Brócolis ref Arroz/Feijão Suco natural	Mandioca Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Pene ao molho de queijo Moranga coz Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	Mousse	Creme	Frutas picadas	Sagu	Gelatina
	SEGUNDA 15	TERÇA 16	QUARTA 17	QUINTA 18	SEXTA 19
Entrada	Rúcula Cenoura coz Alface americana	Tomate c/ orégano Couve flor Alface	Alface Rabanete Pepino	Alface Beterraba coz Repolho	Alface Chuchu Cenoura
Prato Principal	Cubos de gado em molho	Peixe à milanesa	Carne moída	Frango assado	Bife de frango grelhado
Guarnições	Mandioca coz Chuchu ref Arroz/Feijão Suco natural	Polenta coz Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural	Tortei de moranga Couve folha c/ bacon Arroz/Feijão Suco natural	Batata frita Cenoura ref Arroz/Feijão Suco natural	Batata em molho Mix de legumes Arroz/Feijão Suco natural
Sobremesa	Gelatina colorida	Chico balanceado	Mousse	Sagu	Frutas picadas

	SEGUNDA 22	TERÇA 23	QUARTA 24	QUINTA 25	SEXTA 26
Entrada	-	-	-	-	-
Prato Principal	-	-	-	-	-
Guarnições	-	-	-	-	-
Sobremesa	-	-	-	-	-
	SEGUNDA 29	TERÇA 30	QUARTA 31		
Entrada	-	-	-		
Prato Principal	-	-	-		
Guarnições	-	-	-		
Sobremesa	-	-	-		

Tatiana Turski
Tatiana Turski
Nutricionista
CRN2 12388D