



**Turno
Integral**

Cardápio Setembro 2019

Dia	Arroz	Feijão	Carne com molho	Carne sem molho	Guarnição	Salada 3	Sobremesa
02	Arroz branco	Feijão	Estrogonofe*	Frango grelhado	Couve com farofa	Beterraba ralada	Abacaxi*
03	Arroz branco	Feijão	Guisadinho com milho e molho	Isclas de frango	Batata soutè	Brócolis	Mamão
04	Arroz integral	Feijão	Lasanha de frango*	Bife de gado	Cenoura refogada	Seleta de legumes	Bergamota*
05	Arroz branco	Feijão	Frango ensopado com legumes	Bolinho de peixe	Massa espaguete	Mix de folhas	Banana
06	Arroz branco	Feijão	Carne de panela com molho	Panqueca de frango**	Aipim/farofinha	Repolho roxo	Maçã
09	Arroz branco	Feijão	Frango desfiado com molho vermelho	Bife de gado	Purê de batatas*	Cenoura ralada	Melancia
10	Arroz branco	Lentilha	Isclas de gado com molho	Bolinho de frango*	Massa caseira	Repolho	Melão
11	Arroz branco	Feijão	Frango com legumes	Guisadinho com ovo*	Bolinho de arroz*	Beterraba ralada	Morango*
12	Arroz branco	Feijão	Guisadinho com milho e molho	Isclas de frango	Batata doce assada	Couve-flor	Banana
13	Arroz integral	Feijão	Fricassê*	Mini quibe	Massa parafuso*	Palitos de cenoura	Mamão
16	Arroz branco	Feijão marrom	Carne de panela	Bolinho de peixe*	Polenta cremosa	Beterraba	Abacaxi*
17	Carreteiro	Feijão	Frango chinês	Bife de gado	Massa caseira	Brócolis	Maçã
18	Arroz branco	Lentilha	Lombinho de porco agridoce	Ovo cozido*	Bolinho de batata**	Milho, ervilha e tomate	Arroz de leite*
19	Arroz branco	Feijão	Guisadinho riograndense	Nuggets caseiro*	Legumes refogados	Repolho roxo	Melão
23	Arroz branco	Feijão	Frango ensopado com batatas	Coração de frango	Cubos de moranga	Cenoura ralada	Morango*
24	Arroz integral	Feijão	Almôndegas com molho*	Peixe grelhado	Massa penne	Repolho	Banana
25	Arroz branco	Feijão marrom	Estrogonofe*	Frango empanado	Batata corada	Beterraba ralada	Mamão
26	Arroz branco	Feijão	Lasanha de frango*	Bife de gado	Muffin de espinafre**	Couve-flor	Abacaxi*
27	Arroz branco	Feijão	Carne de panela com molho	Coxinha da asa assada	Aipim/farofinha	Palitos de cenoura	Maçã
30	Arroz branco	Feijão	Frango com legumes	Panqueca colorida de guisado**	Batata gratinada	Beterraba	Melancia

OBS: saladas frias: SEMPRE alface e tomate. | Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista Ana Cláudia Gonçalves CRN2 8961

Legenda: Fruta cítrica; Contém leite; Contém ovo; Contém ovo e leite; ***Frutos do mar