

**CARDAPIO MENSAL - MAIO 2023 - ALMOÇO**

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL			SALADA		SUCO	SOBREMESA
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	OPÇÃO VEGETARIANO	OPÇÃO 1	OPÇÃO 2		
22/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	CUSCUZ	FILÉ DE FRANGO AO MOLHO DE LARANJA	GUISADO VEGETARIANO	REPOLHO, TOMATE E BETERRABA	JERIMUM, CHUCHU E CHEIRO VERDE	GOIABA	DOCE MARIOLA
23/mai	ARROZ BRANCO C/ MILHO VERDE	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO TROPEIRO COM OVOS	PIRÃO	VACA ATOLADA	SOJA REFOGADA AO MOLHO DE CEBOLA	SALADA HAWAIANA (ALFACE, TOMATE, MANGA e ABACAXI)	CHUCHU, CENOURA E MILHO VERDE	UMBU	MELANCIA
24/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	BATATA DOCE CORADA	SUÍNO A BARBECUE <b>(CONTÉM GLÚTEN)</b>	GRÃO DE BICO COM LEGUMES	REPOLHO COLORIDO C/ LARANJA	CENOURA, BETERRABA E ERVILHA	TAMARINDO	MELÃO
25/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	FAROFA DE COUVE	FEIJOADA	FEIJOADA VEGETARIANA	VINAGRETE	CENOURA, BETERRABA E MILHO VERDE	MANGA	LARANJA
26/mai	FERIADO MUNICIPAL									

**JANTAR**

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL		SALADA	SUCO	SOBREMESA		
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	VEGETARIANO			SALADA	
22/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	SOPA DE FEIJÃO	FAROFA RICA (BATATA PALHA, MILHO, AZEITONA E PASSAS)	TIRINHAS DE CARNE COM CREME DE BATATAS <b>(CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)</b>	SALPICÃO DE LEGUMES	ALFACE, ACELGA E BETERRABA	MANGA	MELANCIA	
23/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	SOPA DE LEGUMES	CUSCUZ TEMPERADO	FRANGO AO MOLHO DE LARANJA <b>(CONTÉM GLÚTEN)</b>	TABULE	ALFACE, PEPINO E CENOURA	TAMARINDO	MAMÃO	
24/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	CALDO DE CARNE	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO <b>(CONTÉM GLÚTEN)</b>	ESCONDIDINHO DE CARNE COM MACAXEIRA <b>(CONTÉM LACTOSE)</b>	BIFE DE LENTILHA	SALADA FESTIVA (CENOURA, BATATA, MILHO E MAÇÃ)	CAJÁ	ABACAXI	
25/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE	BATATA INGLESA SAUTÉ	LASANHA DE FRANGO AO MOLHO BRANCO <b>(CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)</b>	ESCONDIDINHO DE LENTILHA	CHUCHU, CENOURA E MILHO	GOIABA	DOCE DE BANANA	
26/mai	FERIADO MUNICIPAL									