

**CARDÁPIO MENSAL - ABRIL 2024 - ALMOÇO**

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL			SALADA		SUCO	SOBREMESA
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	OPÇÃO VEGETARIANA	OPÇÃO 1	OPÇÃO 2		
29/abr	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO (CONTÉM GLÚTEN)	ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS	SALPICÃO DE GRÃO DE BICO	ALFACE E TOMATE	BETERRABA, CHUCHU	CAJU	PAÇOCA
30/abr	ARROZ BRANCO COM MILHO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO PRETO	FAROFA DE CENOURA	COXA E SOBRECOXA ASSADAS	SOJA TEXTURIZADA REFOGADA COM VERDURAS	MIX DE FOLHAS C/ ABACAXI	ABOBRINHA	GOIABA	BANANA

**JANTAR**

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL			SALADA	SUCO	SOBREMESA
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	VEGETARIANA	SALADA (CRUA E COZIDA)		
29/abr	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	CALDO DE CARNE	MANDIOCA ENSOPADA	FILÉ DE FRANGO À PARMEGIANA (CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)	TOMATE RECHEADO COM SOJA	COUVE COM ABACAXI	ACEROLA	MAMÃO
30/abr	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	SOPA DE FEIJÃO C/ LINGUIÇA	LEGUMES ASSADOS***	ESCONDIDINHO DE CARNE (CONTÉM LACTOSE)	OMELETE DE FORNO (CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)	REPOLHO, CENOURA E LARANJA	MARACUJÁ	MELANCIA