

CARDÁPIO MENSAL -MAIO 2024 - ALMOÇO

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL			SALADA		SUCO	SOBREMESA
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	OPÇÃO VEGETARIANA	OPÇÃO 1	OPÇÃO 2		
06/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIORA	PIRÃO DE LEGUMES	CUBOS DE CARNE COZIDA	BOLINHO DE ARROZ C/ LENTILHA (CONTÉM GLÚTEN)	ALFACE, PEPINO E TOMATE	CENOURA, CHUCHU E ERVILHA	GOIABA	PAÇOCA
07/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO TROPEIRO COM OVO	MANDIOCA COZIDA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (CONTÉM GLÚTEN)	ALFACE, RÚCULA E LARANJA	ABOBRINHA	ACEROLA	MELÃO
08/mai	ARROZ BRANCO COM MILHO E ERVILHA	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	MACARRÃO AO MOLHO SUGO (CONTÉM GLÚTEN)	ISCAS DE CARNE ACEBOLADAS	LENTILHA XADREX	REPOLHO, CENOURA E LARANJA	BETERRABA COZIDA C/ MILHO E CHEIRO VERDE	MANGA	MELANCIA
09/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO PRETO	BATATA INGLESA COZIDA COM ÓREGANO	ISCAS DE FRANGO À DORÉ (CONTÉM GLÚTEN)	ERVILHA REFOGADA COM VERDURAS	CENOURA E BETERRABA RALADAS	ABÓBORA E CHEIRO VERDE	UMBU	MARIOLA
10/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	FAROFA DE CEBOLA	FEIJOADA	FEIJOADA VEGETARIANA***	VINAGRETE	COUVE COM ABACAXI	ACEROLA	LARANJA

JANTAR

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL			SALADA	SUCO	SOBREMESA
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	VEGETARIANA	SALADA (CRUA E COZIDA)		
06/mai	ARROZ BRANCO COM MILHO	ARROZ INTEGRAL	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE	BATATA INGLESA SAUTÉ	FRANGO À PARMEGIANA (CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)	BOLINHO DE MANDIOCA COM SOJA (CONTÉM GLÚTEN)	BETERRABA COZIDA EM CUBOS C/ ERVILHA	CAJU	MAMÃO
07/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	SOPA DE FEIJÃO C/ LINGUIÇA	FAROFA DE BANANA	PERNIL SUINO EM CUBOS ACEBOLADO	ESCONDIDINHO DE LENTILHA (NÃO CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)	CENOURA E CHUCHU	UMBU	BANANA
08/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	CALDO DE LEGUMES S/ CARNE	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO (CONTÉM GLÚTEN)	FRANGO À JARDINEIRA	QUIBE DE ERVILHA	MIX DE FOLHAS COM LARANJA	GOIABA	DOCE DE BANANA (TABLETE)
09/mai	ARROZ BRANCO COM ERVILHA	ARROZ INTEGRAL	CONSUMÉ DE FRANGO	FAROFA DE CENOURA	CARNE DE PANELA	GRÃO DE BICO AO MOLHO DE TOMATE (NÃO CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)	ABÓBORA COZIDA	ACEROLA	ABACAXI
10/mai	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	CALDO DE CARNE	PURÊ MISTO (CONTÉM LACTOSE)	FILÉ DE PEIXE EMPANADO (CONTÉM GLÚTEN)	TOMATE RECHEADO COM SOJA (NÃO CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE)	ALFACE, CENOURA COM ABACAXI	MARACUJÁ	MELÃO

***** FEIJOADA VEGETARIANA - Feijão preto; cenoura; beterraba; couve; pimentão; cheiro verde.**