



Comunicado



CARDÁPIO – TURNO AMPLIADO

Nutricionista: Nathalia Portugal Rizzo Franco de Oliveira
CRN 4: 13100459

Mês: Junho/2015

SEMANA 1 – de 1 a 5 de junho

COMPONENTES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Entrada	Salada de alface	Salada de tomate	Salada de agrião	---	---
Prato proteico principal	Isca de frango	Carne assada	Filé de frango ensopado com legumes	---	---
Guarnição	Purê de abóbora	Batata sauté	---	---	---
Acompanhamento	Arroz	Arroz	Arroz	---	---
Leguminosa	Feijão	Feijão	Feijão	---	---
Sobremesa	Melão	Laranja	Melancia	---	---

SEMANA 2 – de 8 a 12 de junho

COMPONENTES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Entrada	Salada de agrião	---	Salada de tomate	Salada de alface	Brócolis refogado
Prato proteico principal	Almôndegas ao molho de tomate	Picadinho de frango	Bife de panela	Omelete de queijo	Filé de peixe assado
Guarnição	---	Cenoura e abobrinha refogadas	Batata doce cozida	---	Purê de batata
Acompanhamento	Macarrão (espaguete)	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Leguminosa	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Sobremesa	Mamão	Gelatina	Abacaxi	Salada de frutas	Melancia

SEMANA 3 – de 15 a 19 de junho

COMPONENTES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Entrada	Couve refogada	Salada de alface e tomate	Salada de vagem e cenoura	---	Salada de agrião
Prato proteico principal	Isca de carne	Frango desfiado com batata	Ovo mexido	Carne ensopada com legumes	Frango grelhado
Guarnição	Farofa de legumes	---	---	Creme de espinafre	Purê de inhame
Acompanhamento	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Leguminosa	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Sobremesa	Manga	Melão	Flan de baunilha	Laranja	Abacaxi

SEMANA 4 – de 22 a 26 de junho

COMPONENTES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Entrada	Salada de tomate	---	Repolho refogado com milho	Salada de cenoura com beterraba	Salada alface
Prato proteico principal	Carne moída com batata	Frango assado	Lasanha bolonhesa	Picadinho de carne	Estrogonofe de frango
Guarnição	---	Jardineira de legumes	---	---	Batata palha
Acompanhamento	Arroz	Arroz	---	Arroz	Arroz
Leguminosa	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Sobremesa	Laranja	Banana	Melancia	Abacaxi	Manga

O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra, local de compra ou qualidade dos alimentos.