

Cardápio dos funcionários
Outubro 2018

Semana 1	1-out 2ª feira	2-out 3ª feira	3-out 4ª feira	4-out 5ª feira	5-out 6ª feira
	Carne moída ao sugo Espaguete ao alho e óleo Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango à milanesa Creme de milho Agião e abobrinha Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Copa lombo assado Farofa Couve à campanha Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango acebolado Couve-flor gratinada Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Estrogonofe de carne Batata soute Agião e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 2	8-out 2ª feira	9-out 3ª feira	10-out 4ª feira	11-out 5ª feira	12-out 6ª feira
	Lasanha de frango Beterraba à campanha Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Iscas de carne ao molho ferrugem Abóbora ao alho e óleo Chicória e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de peixe empanado Pirão Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango grelhado Batata frita Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	FERIADO
Semana 3	15-out 2ª feira	16-out 3ª feira	17-out 4ª feira	18-out 5ª feira	19-out 6ª feira
	FERIADO	Linguça acebolada Farofa Alface e cenoura Arroz com brócolis / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Cubos de frango ao molho de laranja Berinjela com ervas ao forno Salada de ervilha seca Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Almôndegas de carne Purê de inhame Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Sobrecoxa assada Macarrone Agião e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 4	22-out 2ª feira	23-out 3ª feira	24-out 4ª feira	25-out 5ª feira	26-out 6ª feira
	Fígado acebolado Purê de batata Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Panqueca de frango Jardineira de legumes Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne assada Aipim frito Repolho roxo, cenoura, couve e hortelã Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango empanado Abobrinha gratinada Alface e chicória Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Costela bovina Batata com agrião Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 5	29-out 2ª feira	30-out 3ª feira	31-out 4ª feira	1-nov 5ª feira	2-nov 6ª feira
	Fricassê de frango Cenoura com brócolis Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne ensopada com quiabo Polenta Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Gurjão de peixe Creme de espinafre Alface e tomate Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Churrasco misto (carne + frango) Farofa Alface e maionese de batata, beterraba e salsa Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	FERIADO

 **Tatiana C. J. Siqueira**
Nutricionista
CRN: 200110033-9

Obs.: Caso haja alguma intercorrência e com autorização prévia da nutricionista, o cardápio poderá sofrer alterações, substituindo-se alimentos por outros de mesmo valor nutricional.

