

**Cardápio dos funcionários
Agosto 2019**

Semana 1	29-Jul 2ª feira	30-Jul 3ª feira	31-Jul 4ª feira	1-Aug 5ª feira	2-Aug 6ª feira
	Carne moída refogada Macarrão penne ao sugo com manjerição Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango acebolado Quiche de legumes Chicórea e alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Isclas de carne ao champignon Repolho refogado ao bacon Alface e tabule Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango empanado Abóbora ao alho e óleo Agião e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Minicozido (carne e legumes) Pirão Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 2	5-Aug 2ª feira	6-Aug 3ª feira	7-Aug 4ª feira	8-Aug 5ª feira	9-Aug 6ª feira
	Filé de peixe empanado Creme de espinafre Agião e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne assada Aipim frito Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Lasanha de frango Vagem com cenoura refogados Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Estrogonofe de carne Batata corada Chicórea e alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Cubos de frango ao curry Abobrinha gratinada Alface e acelga Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 3	12-Aug 2ª feira	13-Aug 3ª feira	14-Aug 4ª feira	15-Aug 5ª feira	16-Aug 6ª feira
	Picadinho de carne Polenta Alface e beterraba Arroz com brócolis / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Sobrecoca assada Macarroneze Agião e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carré Virado de couve Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango empanado Quibebe Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Panqueca de carne Beterraba à campanha Chicórea e alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 4	19-Aug 2ª feira	20-Aug 3ª feira	21-Aug 4ª feira	22-Aug 5ª feira	23-Aug 6ª feira
	Filé de frango ao molho shoyo Cenoura soute Alface e salada de ervilha seca Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Isclas de carne aceboladas Batata rústica Agião e chicórea Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de peixe à milanesa Pirão Alface e abóbora à campanha Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Churrasco misto (carne + linguiça) Farofa Alface e maionese de legumes Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Gurjão de frango Feijão fradinho à campanha Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 5	26-Aug 2ª feira	27-Aug 3ª feira	28-Aug 4ª feira	29-Aug 5ª feira	30-Aug 6ª feira
	Fígado acebolado Purê de batata Repolho roxo, cenoura, couve e hortelã Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango à milanesa Legumes refogados Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Almôndegas de carne ao sugo Espaguete ao alho e óleo Chicórea e acelga Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango grelhado Quiche de alho-poró Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Dobradinha com feijão branco Batata e cenoura Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce

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.

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