

CARDÁPIO DOS FUNCIONÁRIOS
JUNHO 2020

Semana 1	1-jun. 2ª feira	2-jun. 3ª feira	3-jun. 4ª feira	4-jun. 5ª feira	5-jun. 6ª feira
	Lasanha de frango Chicórea refogada Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Vaca atolada (carne ensopada com aipim) Agrião e chicórea Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Copa lombo Farofa Alface e maionese de legumes Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Isca de carne ao molho de champignon Abóbora ao alho e óleo Acelga e tabule Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango à milanesa Feijão fradinho à campanha Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 2	8-jun. 2ª feira	9-jun. 3ª feira	10-jun. 4ª feira	11-jun. 5ª feira	12-jun. 6ª feira
	Estrogonofe de carne Batata palha Agrião e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de peixe empanado Legumes refogados Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Peito de frango ensopado com quiabo Polenta Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	FERIADO	Carne assada Batata soute Alface e chicórea Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 3	15-jun. 2ª feira	16-jun. 3ª feira	17-jun. 4ª feira	18-jun. 5ª feira	19-jun. 6ª feira
	Linguiça toscana à campanha Farofa Repolho roxo, cenoura, couve e hortelã Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Sobrecoca assada Quiche de alho poró Alface e chicórea Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Panqueca de carne Beterraba à campanha Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango empanado Quibebe Agrião e acelga Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Picadinho de carne Purê de batata doce Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 4	22-jun. 2ª feira	23-jun. 3ª feira	24-jun. 4ª feira	25-jun. 5ª feira	26-jun. 6ª feira
	Filé de frango grelhado Macarrão primavera (Macarrão parafuso com brócolis, cenoura e presunto) Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Almôndegas de carne Purê de batata Agrião e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de peixe à milanesa Pirão Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne ensopada Jardineira de legumes Alface e chicórea Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango acebolado Batata frita Agrião e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 5	29-jun. 2ª feira	30-jun. 3ª feira	1-jul. 4ª feira	2-jul. 5ª feira	3-jul. 6ª feira
	Carré Aipim soute Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Gurjão de frango Creme de milho Alface e chicórea Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne moída ao sugo Espaguete ao alho e óleo Agrião e acelga Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Frango xadrez (cubos de frango com pimentões verde, vermelho e amarelo, amendoim e molho shoyo) Abobrinha e berinjela refogadas Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Dobradinha com feijão branco Batata e cenoura Mix de folhas 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: 2001100033-9