

Cardápio dos funcionários
Julho 2021

Semana 1	28-jun. 2ª feira	29-jun. 3ª feira	30-jun. 4ª feira	1-jul. 5ª feira	2-jul. 6ª feira
	Estrogonofe de frango Batata corada Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carré Couve refogada Agião e cenoura Arroz / Tutu de feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne moída ao sugo Espaguete ao alho e óleo Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango empanado Cenoura, chuchu e vagem refogados Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Costela bovina Batata com agrião Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 2	5-jul. 2ª feira	6-jul. 3ª feira	7-jul. 4ª feira	8-jul. 5ª feira	9-jul. 6ª feira
	Linguiça acebolada Virado de couve Alface e maionese de legumes Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne assada Aipim corado Agião e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Lasanha de frango Beterraba à campanha Alface e chicória Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Almôndegas de carne Purê de batata Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango à milanesa Quibebe Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 3	12-jul. 2ª feira	13-jul. 3ª feira	14-jul. 4ª feira	15-jul. 5ª feira	16-jul. 6ª feira
	Carne moída refogada Macarrão parafuso primavera (macarrão com cenoura, brócolis e presunto) Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango grelhado Quiche de legumes Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de peixe empanado Pirão Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Sobrecoxa assada Abobrinha gratinada Repolho roxo, cenoura, couve e hortelã Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Picadinho de carne Batata soubé Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 4	19-jul. 2ª feira	20-jul. 3ª feira	21-jul. 4ª feira	22-jul. 5ª feira	23-jul. 6ª feira
	Frango ensopado com quiabo Polenta Alface agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Iscas de carne ao molho shoyo Ratatouille (berinjela e abobrinha refogadas) Alface e tabule Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango grelhado Batata ao parmesão Agião e acelga Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Panqueca de carne Cenoura refogada Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Copa lombó Farofa Alface e maionese de legumes Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 5	26-jul. 2ª feira	27-jul. 3ª feira	28-jul. 4ª feira	29-jul. 5ª feira	30-jul. 6ª feira
	Filé de frango acebolado Feijão fradinho à campanha Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de peixe à milanesa Creme de espinafre Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Estrogonofe de carne Batata palha Agião e abobrinha à campanha Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Cubos de frango ao molho de ervas Abóbora ao alho e óleo Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Minicozido (carne e legumes) Pirão 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