

Cardápio dos funcionários

Novembro 2021

| | | | | | |
|-----------------|--|---|--|---|---|
| Semana 1 | 1-nov. 2ª feira | 2-nov. 3ª feira | 3-nov. 4ª feira | 4-nov. 5ª feira | 5-nov. 6ª feira |
| | Filé de peixe empanado Pirão Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | FERIADO | Isca de carne ao molho ferrugem Aipim corado Alface e chicória Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Cubos de frango ao molho de ervas Quiche de Legumes Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Carré Couve refogada Alface e agrião Arroz / Tutu de Feijão Ovo Suco Fruta / Doce |
| Semana 2 | 8-nov. 2ª feira | 9-nov. 3ª feira | 10-nov. 4ª feira | 11-nov. 5ª feira | 12-nov. 6ª feira |
| | Frango Xadrez Quibebe Alface e pepino Arroz / 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 Abobrinha gratinada Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Escondidinho de carne com batata Cenoura e vagem refogados Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Copa lombo assado Feijão tropeiro (com linguiça, farinha e couve) Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce |
| Semana 3 | 15-nov. 2ª feira | 16-nov. 3ª feira | 17-nov. 4ª feira | 18-nov. 5ª feira | 19-nov. 6ª feira |
| | FERIADO | Estrogonofe de carne Batata palha Alface e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Filé de peixe à milanesa berinjela à campanha Alface e chicória Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Fígado acebolado Purê de batata Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Sobrecoxa assada Macarrones Agrião e acelga Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce |
| Semana 4 | 22-nov. 2ª feira | 23-nov. 3ª feira | 24-nov. 4ª feira | 25-nov. 5ª feira | 26-nov. 6ª feira |
| | Filé de frango à pizzaiolo (com molho de tomate, orégano e mussarela) Cenoura e repolho refogados Alface e repolho roxo Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Linguiça toscana acebolada Batata sauté Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Picadinho de carne Jardineira de legumes Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Filé de frango grelhado Creme de milho Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Dobradinha com feijão branco Batata e cenoura Alface e agrião Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce |
| Semana 5 | 29-nov. 2ª feira | 30-nov. 3ª feira | 1-dez. 4ª feira | 2-dez. 5ª feira | 3-dez. 6ª feira |
| | Frango ensopado com quiabo Polenta Alface e couve-manteiga Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Carne moída com legumes (cenoura, milho e brócolis) Macarrão penne ao sugo com manjeiricão Alface e Pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Fricassé de frango Cenoura sauté Mix de folhas (com tomate) Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Gurjão de peixe Creme de espinafre Agrião e chuchu com salsinha Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce | Carne Assada Batata rústica Alface e abobrinha à campanha 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.