

Cardápio dos funcionários
Março 2024

Semana 1	26-fev. 2ª feira	27-fev. 3ª feira	28-fev. 4ª feira	29-fev. 5ª feira	1-mar. 6ª feira
	Filé de peixe ao molho de tomate, pimentões e cebola Pirão Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Sobrecoxa assada ao molho de laranja Macarrão espaguete o alho e óleo Agião e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Churrasco misto (carne + linguiça) Farofa Alface e maionese de legumes Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango à milanesa Quibebe Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne assada Batata rústica Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 2	4-mar. 2ª feira	5-mar. 3ª feira	6-mar. 4ª feira	7-mar. 5ª feira	8-mar. 6ª feira
	Estrogonofe de frango Batata palha Alface e tomate Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Picadinho de carne Purê de inhame Alface e tabule Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Lasanha de frango Cenoura sauté Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de peixe à milanesa Chuchu gratinado Alface e feijão fradinho à campanha Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Costela bovina Batata com agrião Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 3	11-mar. 2ª feira	12-mar. 3ª feira	13-mar. 4ª feira	14-mar. 5ª feira	15-mar. 6ª feira
	Fígado acebolado Purê de batata Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne moída ao sugo Macarrão primavera (macarrão parafuso, cenoura, brócolis e presunto) Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Frango à marguerita (filé de frango ao molho de tomate e maniericão) Quiche de legumes Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Isclas de carne ao molho champignon Aipim frito Alface e pepino Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Dobradinha com feijão branco Batata e cenoura Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 4	18-mar. 2ª feira	19-mar. 3ª feira	20-mar. 4ª feira	21-mar. 5ª feira	22-mar. 6ª feira
	Carne ensopada com quiabo Polenta Chicória e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Sobrecoxa assada ao molho de maionese Abóbora ao alho Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Linguiça toscana assada Macarronese Mix de folhas Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Filé de frango grelhado Batata frita Alface e tomate Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Minicozido (carne e legumes) Pirão Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce
Semana 5	25-mar. 2ª feira	26-mar. 3ª feira	27-mar. 4ª feira	28-mar. 5ª feira	29-mar. 6ª feira
	Filé de frango empanado Creme de milho Alface e beterraba Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Carne assada Macarrão espaguete ao molho calabresa Agião e cenoura Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Frango xadrez (cubos de frango com pimentões verde, vermelho e amarelo, amendoim e molho shoyo) Legumes sauté Alface Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	Peixe à Brás (contém batata-palha, ovos, azeitona, cebola, noz-moscada e azeite) Batata com salsinha Alface e tomate Arroz / Feijão Ovo Suco Fruta / Doce	FERIADO

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.

Gabriella A. Talarico
Nutricionista
CRN4 14101035


