

**CARDÁPIO DO ALMOÇO (Anchietinha Itaipara) - ABRIL 2018**



**Semana I: de 02 a 06 de Abril**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface, Tomate/ Pepino	Alface Americana, Tomate Cereja / Cenoura Ralada	Alface, Tomate / Rúcula Laranja	Alface, Tomate/ Vinagrete	Alface , Tomate/ Repolho Roxo
Saladas Cozidas	Beterraba, Ovo Cozido	Brocolis/ Batata com Ervilha	Abobora com Milho/ Chuchu com Passas	Cenoura/ Beterraba	Batata com Cenoura/ Grão de Bico
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral com Cenoura e Brócolis	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão	Feijão com Quiabo	Feijão Preto	Feijão	Feijão Preto
Guarnição	Batata Assada em Rodela com Requeijão	Macarrão Alho e Óleo	Farofa com Cenoura/ Penne com Molho de Tomate	Purê de Abóbora	Banana da Terra Cozida
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa de Frango Assada	Almôndegas de Carne c/ Molho de Tomate	Omelete de Frango	Bolinho de Peixe de Forno	Lasanha de Queijo e Presunto
Opção 1	Isca de Carne Grelhada	Tiras de Frango com Brócolis	Bife Acebolado	Frango Grelhado	Cubos de Frango Grelhado
Sobremesa	Bananinha Paríbuna	Frutas	Frutas	Bolo de Cenoura com Cobertura de Chocolate	Frutas

\*Cardápio sujeito a alterações

**Semana II: de 09 a 13 de Abril**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface, Tomate Cereja/ Agrião	Alface, Tomate/ Tabule	Alface, Tomate/ Couve com Manga	Alface, Tomate/ Pepino Recheado com Ricota	Alface, Tomate/ Beterraba Ralada
Saladas Cozidas	Batata Doce / Abobora com Semente de Linhaça	Repolho Refogado/ Grão de Bico	Quiabo / Chuchu com Milho e Ervilha	Brócolis / Ovo de Codorna	Beterraba / Cenoura c/ Batata
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral c/ Ervilha	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/Sete Cereais
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão c/ Couve (batida)	Feijão	Feijão Preto
Guarnição	Farofa com Passas	Purê de Batata Doce	Macarrão c/ Molho de Tomate	Nhoque de Batata c/ Molho de Tomate	Macarrão ao Alho e Óleo
Prato Principal	Fricassé de Frango	Panqueca (colorida) de Carne	Jardineira de Carne Moída	Carne de Panela com Quiabo	Peixe Assado com Molho de Tomate
Opção 1	Carne na Chapa com Legumes	Cubos de Frango Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada
Sobremesa	Fruta	Gelatina de Uva	Frutas	Brigadeiro de Copinho	Salada de Frutas

\*Cardápio sujeito a alterações

**Semana III: 16 a 20 de Abril**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface, Tomate/ Salada Colorida (Repolho Roxo + Horteã + Manga)	Alface Americana, Tomate Cereja/ Vinagrete	Alface, Tomate/ Kani Kama	Alface Americana, Tomate Cereja / Pepino	Alface, Tomate/ Acelga
Saladas Cozidas	Batata / Repolho Roxo	Vagem / Abobrinha Refogados	Brócolis/ Cenoura	Abobora com Ervilha/ Ovo de Galinha	Grãos (grão de bico, lentilha, semente de linhaça)/ Beterraba
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral c/ Brócolis	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco / Integral c/ Cenoura e Passas	Branco/ Integral
Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão com Cenoura (batida)	Feijão	Feijão Preto
Guarnição	Purê de Batatas	Penne ao Molho Branco	Farofa Colorida (Couve, Beterraba Ralada)	Macarrão ao Alho e Óleo	Legumes Gratinado
Prato Principal	Frango a Parmegiana	Ensopado de Peixe com Batata	Lombo Recheado c/ Cenoura	Rocombole de Batata c/ Recheio de Frango	Torta Madalena de Carne
Opção 1	Bife Acebolado	Cubos de Frango com Brócolis	Isca de Frango com Pimentão	Carne na Chapa com Legumes	Filé de Frango Grelhado
Sobremesa	Frutas	Frutas	Picolé de Frutas	Frutas	Max Goiabinha

**\*Cardápio sujeito a alterações**

**Semana IV: de 23 a 27 de Abril**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface Americana, Tomate Cereja/ Cenora com Repolho Ralado	Alface, Tomate / Couve	Alface, Tomate/ Acelga c/ Abacaxi	Alface, Tomate/ Rúcula	Alface, Tomate/ Pepino
Saladas Cozidas	Batata e Atum/ Ervilha	Abobrinha Refogada / Mista de Legumes	Chuchu/ Vagem Refogados	Couscous Marroquino de Frango c/ Cenoura e Passas / Brócolis	Batatinha Vinagrete/ Ovo de Codorna
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Cenoura	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Brócolis
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Macarrão Alho e Óleo	Farofa de Brócolis	Pirão	Purê de Aipim	Macarrão com Molho de Tomate (Separado)
Prato Principal	Strogonoffe de Frango (c/ Batata Palha)	Filé de Peixe com Molho de Limão	Cozido	Carne do Sol Acebolada	Coxa e Sobrecoxa Assada com Alecrim
Opção 1	Cubos de Carne Grelhado	Frango Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Csarne na Chapa com Legumes
Sobremesa	Frutas	Gelatina de Morango	Frutas	Doce de Leite de Copinho	Frutas

**\*Cardápio sujeito a alterações**