

**CARDÁPIO DO ALMOÇO (Colégio Anchieta Pituba) - AGOSTO**



**Semana I: de 06 a 10 de Agosto 2018 CAP**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	<b>Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal</b>				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral 7 Grãos	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/ Cenoura	Branco/Integral
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Puré de Batata	Pirão	Yakissoba de Legumes	Quiche c\ Abobrinha, Cenoura e Ricota	Couve Flor Gratinada
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Ensopada	Cozido	Frango a Parmegiana (Forno)	Bacalhau a Portuguesa	Bife de Panela c/Batata
Opção 1	Churrasco Misto (Frango, Carne)	Cubos de Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada	Isca de Carne Grelhada	Filé de Frango Grelhado

**\*Cardápio sujeito a alterações**

**Semana II: de 13 a 17 de Agosto 2018 CAP**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	<b>Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal</b>				
Arroz (02 tipos)	Branco/Integral c/ Passas	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/Brócolis	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão Preto
Guarnição	Macarrão Alho e Óleo	Puré de Mandioquinha	Batata Gratinada c/ Atum	Legumes Assados c/ Molho de Tomate (Abobrinha, Berinjela, Pimentão)	Lasanha de Berinjela c/Queijo
Prato Principal	Almôndegas de Carne com Molho de Tomate	Peixe Assado c/ Molho de Limão	Escondidinho de Carne Moída	Panqueca de Carne	Frango c/ Creme de Milho
Opção 1	Frango Grelhado	Carne do Sol Acebolada	Isca de Frango Grelhado	Frango Grelhado	Bife Grelhado

**\*Cardápio sujeito a alterações**

**Semana III: de 20 a 24 de Agosto 2018 CAP**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	<b>Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal</b>				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/Couve	Branco/ Integral	Branco/Integral c/ Lentilha	Branco/Integral

Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Macarrão c/Molho Parisiense (Separado)	Nhoque de Batata com Molho de Tomate	Souflê de Cenoura	Frigideira de Legumes	Puré de Abobora
Prato Principal	Frango Caprese	Lombo c/ Creme de Requeijão	Estrogonofe de Frango c/ Batata Palha	Bife Rolê c/ Legumes	Palito Crocante de Peixe c/ Molho de Limão (Forno)
Opção 1	Isca de Carne Grelhada	Isca de Frango Grelhado	Bifê Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Isca de Frango Grelhado

**\*Cardápio sujeito a alterações**

**Semana IV: de 27 a 31 de Agosto 2018 CAP**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	<b>Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal</b>				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/ Cenoura	Branco/ Integral	Branco/Integral	Branco/Integral
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Banana Assada	Espaguete c/ Molho de Tomate (Separado)	Puré de Batata Doce	Legumes Sauté	Mandioca Assada c/ queijo Parmesão
Prato Principal	Peixe empanado (Forno)	Omelete de Frango	Coxa e Sobrecoxa Assada	Torta de Carne Seca	Bife ao Molho Madeira
Opção 1	Isca de Frango Grelhado c/ Mangericão	Tiras de Carne na Chapa com Legumes	Isca de Carne Grelhada	Filé de Frango Grelhado	Filé de Frango Grelhado

**\*Cardápio sujeito a alterações**