

CARDÁPIO DO ALMOÇO (Anchieta Pituba) - OUTUBRO



Semana I: de 05 a 0 de Novembro 2018 CAP

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco / 7 Grãos	Branco/ Integral	Branco / Integral	Branco / Integral	Branco / Integral com Cenoura
Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão Preto
Guarnição	Espaguete Alho e Óleo	Mandioquinha Assada	Banana Assada com Canela	Puré de Misto (Abóbora com Batata)	Brócolis Gratinado
Prato Peincipal	Coxa e Sobrecoxa Ensopada com Batata	Panqueca de Queijo e Presunto com Tomate	Torta Crepe de Frango	Lombo Recheado com Ovos	Peixe Empanado Forno
Opção 1	Isca de Carne Grelhada com Cenoura	Filé de Frango Grelhado com Brócolis	Cubos de Frango Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Cubos de Carne Grelhada

*Cardápio sujeito a alterações

Semana II: de 12 a 16 de Novembro 2018 CAP

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/Integral a Grega	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/Milho e Ervilha	FERIADO	Branco / Integral
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão Preto		Feijão
Guarnição	Batata Assada	Penne ao Molho Parasiense	Puré de Aipim		Legume Sauté
Prato Principal	Picadinho de Carne com Quiabo	Polpetas de Carne c/ Queijo e Óregano	Peixe Assado		Carne Moída
Opção 1	Cubos de Frango Grelhado	Filé de Frango Grelhado com Couve Flor	Carne do Sol Acebolada		Isca de Frango Grelhado

*Cardápio sujeito a alterações

Semana III: de 19 a 23 de Novembro 2018 CAP

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA Thanksgiving	SEXTA
--	---------	-------	--------	-------------------------------	-------

Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco / Integral	Branco/ Integral c/Couve	Branco/ Integral	Arroz a Grega/ Integral	Branco/Integral
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão Preto
Guarnição	Batata Palito Assada	Pirão	Macarrão com Molho de Tomate (Separado)	Farofa Natalina + Tomate Recheado	Purê de Batata Doce
Prato Principal	Lasanha a Bolonhesa	Cozido	Estrogonofe de Frango com Batata Palha	Peru de Thanksgiving	Peixe a Portuguesa
Opção 1	Frango Grelhado com Quiabo	Isca Frango Grelhado	Tiras de Carne Grelhada	Isca de Carne Grelhada	Filé de Frango Grelhado com Brócolis

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana IV: de 26 a 30 de Novembro 2018 CAP

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Buffet de Saladas	Alface + Tomate + Vinagrete + 01 Legume Cru + 01 Legume Cozido + 01 Grão + 01 Molho + Azeite + Vinagre + Sal				
Arroz (02 tipos)	Branco/ Integral	Branco/ Integral c/ Cenoura	Branco/ Integral	Branco/Integral / Beterraba	Branco / Integral
Feijão	Feijão Preto	Preto / Fradinho (sem camarão)	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Purê de Batata	Lasanha de Berinjela com Queijo e Presunto	Frigideira de Legumes	Macarrão com Molho de Tomate (Separado)	Mandioquinha Assada
Prato Principal	Frango á Parmegiana Forno	Bolinho de Peixe de Forno c/ Molho de Limão (separado)	Coxa e Sobrecoxa Assada com Molho de Tomate	Carne Moída	Torta Madalena de Carne
Opção 2	Isca de Carne Grelhada c/ Banana da Terra	Isca de Frango Grelhado	Cubos de Carne Grelhada c/ Couve Flor	Filé de Frango Grelhado	Cubos Frango Grelhado

***Cardápio sujeito a alterações**