

CARDÁPIO DO ALMOÇO (Anchieta Pituba) - OUTUBRO



Semana I: de 01 a 05 de Outubro 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 com Cenoura	Branco / Integral
Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Legumes Sauté	Pirão	Macarrão Alho e Óleo	Banana Assada	Puré de Batata
Prato Peincipal	Lasanha de Frango	Cozido	Bife a Milanesa (Forno)	Torta de Frango	Catado de Peixe
Opção 1	Cubos de Carne Grelhada	Isca Frango Grelhado	Cubos de Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada	Filé de Frango Grelhado

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana II: de 08 a 12 de Outubro 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	Branco/ Integral	FERIADO
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão	
Guarnição	Macarrão Penne com Molho de Tomate	Brócolis Gratinado	Berinjela Recheada com Legumes e Queijo	Sanduche de Atum com Requeijão Cremoso (Forno)	
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Assada com Molho de Tomate	Bolinho de Peixe Assado com Molho de Limão (Separado)	Coxa e Sobrecoxa Assada com Molho de Tomate	Frango á Pizzaiolo	
Opção 1	Cubos de Carne Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Cubos de Carne Grelhado	Isca de Carne Grelhada	

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana III: de 15 a 19 de Outubro 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)	Feriado	Branco/ Integral c/Couve	Branco/ Integral	Branco/Integral c/ Lentilha	Branco/Integral
Feijão		Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição		Festival de Massas	Puré de Batata Doce	Mandioca Assada com Queijo Parmesão	Frigideira de Legumes
Prato Principal		Polpetas de Carne c/ Queijo e Óregano	Peixe Assado (Forno)	Frango a Parmegiana (Forno)	Bife Rolé com Queijo
Opção 1		Filé de Frango Grelhado	Carne do Sol Acebolada	Cubos de Carne Grelhada	Isca de Frango Grelhada

***Cardápio sujeito a alterações**

Mosaico de Gelatina

Semana IV: de 22 a 26 de Outubro de 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	Feijão Preto	Feijão	Feijão Preto	Feijão
Guarnição	Puré de Aipim	Nhoque de Inhame com Molho de Tomate	Chips de Cenoura com Batata Doce	Macarrão com Molho de Tomate (Separado)	Lasanha de Berinjela com Queijo
Prato Principal	Quibe de Carne com Requeijão (Forno)	Peixe a Portuguesa	Torta de Carne Seca com Banana da Terra	Escondidinho de Carne Moída com Batata	Rocambolo de Batata Recheio Frango e Molho de Tomate
Opção 2	Filé de Frango Grelhado	Cubos de Carne Grelhada	Isca de Frango Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Isca de Carne Grelhada

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana V: de 29 de Outubro a 02 de Novembro de 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	
Feijão	Feijão Preto	Preto / Fradinho (sem camarão)	Feijão	Feijão Preto	

Guarnição	Purê de Batata	Batata Assada com Óregano	Penne com Legumes	Souflê de Legumes	FERIADO
Prato Principal	Escabeche de Peixe	Frango a Milanesa (Forno)	Fricassé de Frango	Empadão de Carne	
Opção 1	Filé de Frango Grelhado	Cubos de Carne Grelhada	Bife Acebolado	Filé de Frango Grelhado	

***Cardápio sujeito a alterações**