

CARDÁPIO DO REFEITÓRIO – ALMOÇO - 2010:

1ª SEMANA

ALMOÇO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada	Repolho, tomate, chuchu cozido e picadinho	Alface e beterraba ralada	Agrião e tomate	Alface e tomate	Tomate e vagem picados
Prato principal	Carne moída ao molho	Frango assado (coxinha da asa)	Isca de carne ao molho	Lasanha de frango	Strognoff de carne
Guarnição	Espaguete ao sugo	Creme de milho	Mandioca frita	Quibebe (abóbora)	Batata palha
Acompanhamento	Arroz/feijão	Arroz/feijão	Arroz colorido/feijão	Arroz/feijão	Arroz/feijão

2ª SEMANA

ALMOÇO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada	Chuchu e beterraba cozidos e picados	Alface, tomate e pepino	Cenoura, tomate e repolho roxo	Brócolis e tomate	Alface e tomate
Prato principal	Bife de panela ao molho com ervilha	Risoto de frango	Nugget de frango assado	Bife grelhado	Frango ensopado
Guarnição	Purê de batata	Couve-flor refogada	Creme de espinafre ao molho branco	Quibebe de abóbora	Polenta
Acompanhamento	Feijão/arroz com cenoura	Feijão	Feijão/arroz	Feijão/arroz	Feijão/arroz

CARDÁPIO DO REFEITÓRIO – ALMOÇO - 2010:

3ª SEMANA

ALMOÇO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada	Cenoura ralada e alface	Cenoura e beterraba cozida	Alface e tomate	Brócolis e tomate	Alface, tomate e chuchu refogado
Prato principal	Bolo de batata com carne moída (madalena)	Peito de frango grelhado	Carne ao molho com batata	Macarrão com carne de porco	Almôndega de carne ao molho
Guarnição	Milho refogado	Abobrinha com ovo (omelete)	Farofa simples	Torta de legumes	Purê de batata salsa
Acompanhamento	Feijão/arroz	Feijão/arroz	Feijão/arroz	Feijão/arroz	Arroz com brócolis/feijão

4ª SEMANA

ALMOÇO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Salada	Agrião, pepino e tomate picados	Cenoura ralada, alface e vagem cozida	Repolho ralado e tomate picadinho	Alface, tomate e brócolis cozido	Tomate, acelga e beterraba cozida
Prato principal	Ensopado de carne	Bife de peito de frango	Panqueca de frango	Bife de boi grelhado	Purê de forno com carne moída (madalena)
Guarnição	Brócolis gratinado	Farofa simples	Creme de espinafre	Abobrinha com ovo	Farofa de repolho
Acompanhamento	Feijão/arroz	Feijão/arroz	Feijão/arroz	Feijão/arroz	Arroz com cenoura/feijão

CARDÁPIO DO REFEITÓRIO – LANCHES - 2010:

Dia da Semana	Bebida	Doce ou Salgado
2ª feira	Café com leite ou suco	Pão com recheio (doce de leite, queijo, mortadela, maionese, requeijão)
3ª feira	Chá ou Nescau	Bolos variados (chocolate, cenoura, laranja, fubá) ou Cuca de banana ou Bolinho de chuva
4ª feira	Sucos variados ou café com leite	Pão de queijo
5ª feira	Leite ou Nescau	Sucrilhos ou bolachas doces e salgadas
6ª feira	Sucos variados ou Chá	Cachorro-quente ou Pizza ou Hambúrguer

CARDÁPIO DO REFEITÓRIO – JANTAR – SOPINHA (para Ed.Infantil) - 2010:

Serão servidas sopas variadas, de arroz, feijão, batatinha, legumes, frango, etc....