



## CARDÁPIO ALMOÇO

### DEZEMBRO / 2021

DATA	DIA DA SEMANA	ALMOÇO
01/dez	4ª feira	Isclas de frango acebolada + Macarrão + Batata gratinada + Salada Crua
02/dez	5ª feira	Panqueca de carne moída + Arroz com Cenoura + Purê de batatas
03/dez	6ª feira	Filé de peixe ao forno + Arroz com brócolis + Salada Crua com Ovo de Codorna
06/dez	2ª feira	Frango guisado com batata + Salada Crua com Ovo de Codorna + Arroz branco
07/dez	3ª feira	Isclas de carne de sol acebolada + Arroz + Farofa de ovos + Vinagrete + Feijão Verde
08/dez	4ª feira	<b>FERIADO</b>
09/dez	5ª feira	Peixe ao forno + Arroz integral + Macaxeira assada
10/dez	6ª feira	Peito de frango grelhado + Macarrão + Batata doce ao forno + Salada Crua
13/dez	2ª feira	Carne moída refogada + Arroz com cenoura + Legumes Cozidos
14/dez	3ª feira	Panqueca de frango + Arroz integral + Purê de batatas + Salada Crua
15/dez	4ª feira	Filé de peixe grelhado + Arroz com brócolis + Purê de abóbora
16/dez	5ª feira	Carne guisada com batatas e cenoura + Macarrão + Salada crua
17/dez	6ª feira	Risoto de frango com milho + Legumes Cozidos + Purê de batata
20/dez	2ª feira	Isca de peixe + Arroz com cenoura + Purê de macaxeira
21/dez	3ª feira	Peito de frango acebolado + Macarrão + Batata ao forno
22/dez	4ª feira	Almôndegas + Macarrão + Salada Crua com Ovo de Codorna
23/dez	5ª feira	Frango guisado com batatas + Macarrão + Purê de macaxeira

OBS.: TODO DIA SERÁ OFERECIDO UM TIPO DE SUCO  
TODO DIA SERÁ OFERECIDO FEIJÃO

Rebeca Vasconcelos  
Nutricionista - CRN6 - 32953