

CARDÁPIO MI AO PRÉ



NOVEMBRO 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	Suco e Pão francês com manteiga	Vitamina de frutas e biscoitos variados	Suco e tapioca com requeijão	Suco e bisnaguinha com manteiga	Suco e bolo caseiro
Almoço	Salada de rúcula com alface Arroz Feijão branco Lagarto de panela com tomate Purê de batata Fruta	Salada de batata com ovos e azeitona Arroz e Feijão Filé de sobrecoxa assada. Fruta	Salada de couve Risotinho de pernil com tomate e feijão Fruta	Salada de almeirão com tomate Arroz e Feijão Isclas de frango empanado Creme de milho Fruta	Salada de alface e tomate Arroz e Feijão Rocambole de carne moída com queijo e legumes Fruta
Lanche da tarde	Suco e torta proteica com sabores variados	Suco e bolo caseiro de frutas variados	logurte com salada de frutas	Suco e Pão de queijo de frigideira	Suco e pão francês com requeijão
Jantar	Arroz e feijão Rolinho de omelete com cenoura e acelga Fruta	Sufê de brócolis Arroz e feijão Peixe ensopado Fruta	Salada de beterraba Arroz e Feijão Ensopadinho de frango com batata, vagem e cenoura Fruta	Espinafre refogado Arroz e Feijão Macarrão à bolonhesa Fruta	Creme de ervilha, frango, cenoura, batata e chuchu Fruta

Observações:

- 1 – As frutas serão servidas de acordo com a safra do ano.
- 2 - Temperos: azeite, alho, cebola, cheiro verde, açafraão, colorau natural, ervas, louro e pouco sal.
- 3 - Bolachas variadas são: água e sal, cream cracker, maisena, cookies, rosquinhas, sequilhos. Não servimos bolachas de recheios
- 4 - Pode haver alterações no cardápio, mas de maneira que não comprometa a qualidade nutricional da refeição.
- 5 - Pedimos os responsáveis em manter atualizadas as informações de alergias e restrições alimentares.