

Cardápio Mensal

OUTUBRO/18

Zeat



CARDÁPIO ALMOÇO JARDIM I E JARDIM II – LICEU MAIRINQUE

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
01/10/2018 Arroz/ Feijão Baby Beef Grelhado em Cubinhos Fritas Saladas Fruta	02/10/2018 Arroz/ Lentilha Tirinhas de Frango Grelhadas Espinafre Refogado Saladas Petit Suisse/ Fruta	03/10/2018 Arroz/ Feijão Iscas de Alcatra Grelhadas Legumes Festivos Saladas Fruta	04/10/2018 Arroz/ Feijão Coxinha de Frango Assada Parafuso à Primavera Vagem Refogada Saladas Gelatina/ Fruta	05/10/2018 Arroz/ Feijão Cubinhos de Alcatra Grelhados Jardineira de Legumes Saladas Fruta
08/10/2018 Arroz/ Feijão Goulash Panachê de Legumes Saladas Fruta	09/10/2018 Arroz/ Feijão Preto Cubinhos de Frango Grelhados Farofa de Cenoura com Linhaça Saladas Chandelet/ Fruta	10/10/2018 Arroz/ Feijão Tirinhas de Frango à Milanese Purê de Abóbora Saladas Fruta	11/10/2018 Arroz/ Feijão Iscas de Filé Grelhadas Ervilha Sauteé Macarrão ao Sugo Saladas Picolé/ Fruta	12/10/2018 FERIADO
15/10/2018 Arroz/ Feijão Iscas de Frango com Champignon Brócolos com Milho Saladas Fruta	16/10/2017 Arroz/ Lentilha Tirinhas de Alcatra à Milanese Creme de Milho Saladas logurte/ Fruta	17/10/2018 Arroz/ Feijão Cubinhos de Frango Grelhados Couve Refogada/ Farofa Saladas Fruta	18/10/2018 Arroz/ Feijão Almôndega ao Sugo Jardineira de Legumes Talharim Verde na Manteiga Saladas Gelatina/ Fruta	19/10/2018 Arroz/ Feijão Tirinhas de Peixe à Milanese Cenoura Baby com Ervilhas Saladas Fruta
22/10/2018 Arroz/ Feijão Tirinhas de Alcatra Grelhadas Souflê de Espinafre Saladas Fruta	23/10/2018 Arroz/ Feijão Baby Beef Grelhado em Cubinhos Brócolos com Tomate Cereja Saladas Brigadeiro/ Fruta	24/10/2018 Arroz/ Feijão Hachis Parmentier Escarola Refogada Saladas Fruta	25/10/2018 Arroz/ Feijão Iscas de Filet Grelhados Vagem com Cenoura Palito Espaguete com Brócolos Saladas Gelatina/ Fruta	26/10/2018 Arroz/ Feijão Cubinhos de Peixe à Milanese Creme de Mandioquinha Saladas Fruta
29/10/2018 Arroz/ Feijão Strogonoff de Carne Batata Palha Saladas/Fruta	30/10/2018 Arroz/ Feijão Preto Iscas de Frango Grelhado Couve Flor à Dorê Saladas/ Gelatina de Abacaxi com Pedacos de Frutas/ Fruta	31/10/2018 Arroz à Grega/ Feijão Mini Kibe Purê de Batatas Saladas/Fruta	01/11/2018 Arroz / Feijão Coxinha de Frango Assada Macarrão à Bolonhesa Brócolos com Mandioquinha Saladas/Sorvete/Fruta	02/11/2018 FERIADO

Nutricionista: Dra. Kelly Christini Bonin - CRN-3/9854