

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 01/01	TERÇA – 02/01	QUARTA – 03/01	QUINTA – 04/01	SEXTA – 05/01
Almoço	Feriado	Massa à bolonhesa, feijão, brócolis ao vapor. Saladas: alface e tomate	Arroz, feijão, panqueca de carne, milho na manteiga. Saladas: beterraba cozida e chuchu	Arroz, feijão, carne de panela, polenta cremosa. Saladas: couve-flor e cenoura cozida	Arroz, feijão, bife, batata corada. Saladas: alface e tomate

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 08/01	TERÇA – 09/01	QUARTA – 10/01	QUINTA – 11/01	SEXTA – 12/01
Almoço	Carreteiro, feijão, jardineira de legumes. Saladas: cenoura ralada e brócolis	Arroz, lentilha, carne assada, farofinha com legumes. Saladas: alface e tomate	Arroz, feijão, frango assado, polenta cremosa. Saladas: chuchu com ovos e milho	Arroz, feijão, bife de frango grelhado, milho na manteiga. Salada: chuchu e brócolis	Arroz, feijão, bife grelhado, purê de batata. Saladas: tomate-cereja e milho

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 15/01	TERÇA – 16/01	QUARTA – 17/01	QUINTA – 18/01	SEXTA – 19/01
Almoço	Arroz, feijão, carne de panela, farofinha caseira. Saladas: alface e tomate	Massa com coraçãozinho, feijão, brócolis ao vapor. Saladas: cenoura ralada e couve-flor	Arroz, feijão, panqueca de carne, jardineira de legumes. Saladas: tomate-cereja e milho	Massa à bolonhesa, feijão, jardineira de legumes. Saladas: alface e tomate	Arroz, feijão-vermelho, frango grelhado, batata palito. Saladas: beterraba e chuchu

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 22/01	TERÇA – 23/01	QUARTA – 24/01	QUINTA – 25/01	SEXTA – 26/01
Almoço	Carreteiro, feijão, milho na manteiga. Saladas: couve-flor e cenoura cozida	Arroz, feijão, bife grelhado, batata corada. Saladas: rúcula e tomate-cereja	Massa à bolonhesa, feijão, omelete de legumes. Saladas: alface e tomate	Arroz, feijão-vermelho, frango assado, polenta cremosa. Saladas: beterraba e vagem	Arroz, feijão, panqueca de carne, cenoura com ervilha. Saladas: chuchu com ovos e brócolis

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 29/01	TERÇA – 30/01	QUARTA – 31/01	QUINTA – 01/02	SEXTA – 02/02
Almoço	Arroz, feijão, guisadinho, purê de batata. Saladas: alface e tomate	Arroz, feijão-vermelho, bife grelhado, milho na manteiga. Saladas: beterraba e couve-flor	Massa, feijão, molho ao sugo, frango assado, omelete de legumes. Saladas: cenoura ralada e chuchu com ovos	Arroz, feijão, carne assada, farofinha de legumes. Saladas: alface e tomate	Feriado

REFEIÇÃO	SEGUNDA – 05/02	TERÇA – 06/02	QUARTA – 07/02	QUINTA – 08/02	SEXTA – 09/02
Almoço	Massa à bolonhesa, feijão, brócolis. Saladas: cenoura ralada e abobrinha	Arroz, feijão, coração na panela de ferro, farofinha de legumes. Saladas: alface e tomate	Arroz, lentilha, carne de panela, purê de batata-baroa. Saladas: brócolis e beterraba	Arroz, feijão, panqueca de carne, moranga refogada com milho. Saladas: couve-flor e cenoura	Massa, feijão, frango com molho, jardineira de legumes. Saladas: tomate-cereja e milho



- * *Este cardápio está sujeito a alterações.*
- * *Todas as preparações são assadas, cozidas ou grelhadas.*
- * *Os sucos são naturais ou feitos com polpa de frutas.*
- * *A maioria das preparações é elaborada em nossa cozinha.*

Joseane Ruschel Mancio
Nutricionista CRN2 4510

LabPort, v. 01, NC, 29/12/2023

