



CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS JANEIRO/2023

CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS

ALMOÇO - 2023

Segunda feira 02/01/2023	Terça feira 03/01/2023	Quarta feira 04/01/2023	Quinta feira 05/01/2023	Sexta feira 06/01/2023
Arroz/Feijão Omelete de frios Salada de repolho e cenoura ralada Paçoca	Arroz/Feijão Filé de Frango empanado / Creme de Milho Salada de Alface c/ Tomate Fruta(sugestão abacaxi)	Arroz/Feijão Carne em cubos com legumes Salada de Pepino c/ Tomate Brigadeiro Copinho	Arroz/Feijão Strogonoff de Frango /Batata Palha Salada de Rúcula e Alface Fruta(sugestão melancia)	Arroz/Feijão Bife de copa lombo Acebolada/Farofa Couve Refogada Gelatina Morango
Segunda feira 09/01/2023	Terça feira 10/01/2023	Quarta feira 11/01/2023	Quinta feira 12/01/2023	Sexta feira 13/01/2023
Arroz/Feijão Linguíça Toscana Acebolada Vinagrete Doce de banana	Arroz/Feijão Frango cozido com quiabo (coxa c/ sobrecoxa) Polenta Salada de alface c/ tomate Fruta(sugestão maçã)	Arroz/ Feijoada Couve/Farofa/vinagrete Beijinho no copinho	Arroz/Feijão Strogonoff de carne Batata palha Salada de Alface c/Tomate Fruta(sugestão Laranja)	Arroz/Feijão Carne assada Salada de maionese Gelatina de Framboesa
Segunda feira 16/01/2023	Terça feira 17/01/2023	Quarta feira 18/01/2023	Quinta feira 19/01/2023	Sexta feira 20/01/2023
Arroz/Feijão Steak de frango a pomodoro Pure de batata Canudo de doce de leite	Arroz/Feijão Filé de Peixe Empanado Pirão de peixe Fruta(sugestão melancia)	Arroz /Feijão Carne Moida c/ legumes Salada de rúcula Mousse de Maracujá	Arroz/Feijão Filé de Frango à Parmegiana batata palha Fruta(sugestão laranja)	Arroz/Feijão Panqueca de Carne Salada de folhas verdes Gelatina Morango
Segunda feira 23/01/2023	Terça feira 24/01/2023	Quarta feira 25/01/2023	Quinta feira 26/01/2023	Sexta feira 27/01/2023
Arroz/Feijão Hamburguer a pizzaiolo Batata Frita Dan Top	Arroz /Feijão Frango assado Salada de maionese Fruta (sugestão banana)	Arroz/ Feijoada Couve/Farofa/vinagrete Mousse de Chocolate	Arroz/Feijão Tiras de frango a milanesa Macarrão com brócolis ao molho branco e bacon Salada de Acelga Fruta(sugestão abacaxi)	Arroz/Feijão Tiras de carne acebolada Batata gratinada Gelatina Uva
Segunda feira 30/01/2023	Terça feira 31/01/2023	Quarta feira 01/02/2023	Quinta feira 02/02/2023	Sexta feira 03/02/2023
Arroz/Feijão Linguíça calabresa acebolada Farofa pronta temperada/Vinagrete Moranguete	Arroz/Feijão Lasanha à Bolonhesa Alface com Agrião Bolo de aniversário (Abacaxi c/ Doce de Leite) Cobertura de chantilly	Arroz/Feijão Strogonoff de Frango / Batata Palha Salada de Alface c/Tomate Manjar de coco c/ calda de caramelo	Arroz/Feijão Carne em Cubos c/ Legumes Pepino com Tomate Fruta(sugestão melancia)	Arroz/Feijão Filé de Frango empanado Creme de espinafre Salada de Rúcula c/ Alface Gelatina de morango

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;

Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489 e Núbia Alves Silva CRN: 36077


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN 3-28489

CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS

CAFÉ - 2023

Segunda feira 02/01/2023	Terça feira 03/01/2023	Quarta feira 04/01/2023	Quinta feira 05/01/2023	Sexta feira 06/01/2023
Café Café com Leite Chá Pão com Margarina	Café Café com leite Chá Pão com Mortadela	Café Café com Leite Chá Pão com requeijao	Café Café com Leite Chá Pão com Presunto	Café Café com Leite Chá Pão com margarina
Segunda feira 09/01/2023	Terça feira 10/01/2023	Quarta feira 11/01/2023	Quinta feira 12/01/2023	Sexta feira 13/01/2023
Café Café com Leite Chá Pão com Margarina	Café Café com leite Chá Pão com Mortadela	Café Café com Leite Chá Pão com requeijao	Café Café com Leite Chá Pão com Presunto	Café Café com Leite Chá Pão com Margarina
Segunda feira 16/01/2023	Terça feira 17/01/2023	Quarta feira 18/01/2023	Quinta feira 19/01/2023	Sexta feira 20/01/2023
Café Café com Leite Chá Pão com Margarina	Café Café com Leite Chá Pão com Mortadela	Café Café com Leite Chá Pão com requeijão	Café Café com Leite Chá Pão com Presunto	Café Café com Leite Chá Pão com Margarina
Segunda feira 23/01/2023	Terça feira 24/01/2023	Quarta feira 25/01/2023	Quinta feira 26/01/2023	Sexta feira 27/01/2023
Café Café com Leite Chá Pão com Margarina	Café Café com Leite Chá Pão com Mortadela	Café Café com Leite Chá Pão com requeijão	Café Café com Leite Chá Pão com presunto	Café Café com Leite Chá Pão com Margarina
Segunda feira 30/01/2023	Terça feira 31/01/2023	Quarta feira 01/02/2023	Quinta feira 02/02/2023	Sexta feira 03/02/2023
Café Café com Leite Chá Pão com Margarina	Café Café com Leite Chá Pão com Mortadela	Café Café com Leite Chá Pão com requeijão	Café Café com Leite Chá Pão com presunto	Café Café com Leite Chá Pão com Margarina


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN: 36077


Bruna Campetrio
Nutricionista
CRN: 28489

CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS

Coffee Break - 2023

1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
Café preto	Café preto	Café preto	Café preto	Café preto
Bolo pronto	Bruscheta (torradas com tomate, orégano e queijo ralado)	Torta salgada	Bolo pronto	Pão de queijo

Obs: Coordenadores irão informar as datas, horarios e numero de pessoas de cada formação semanalmente


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Sampietro
Nutricionista
CRN3:28489