



CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS OUTUBRO - 2019

CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS

OUTUBRO - 2019

Terça feira 01/10/2019	Quarta feira 02/10/2019	Quinta feira 03/10/2019	Sexta feira 04/10/2019	
Arroz/Feijão Bife de pernil acebolado Virado de couve Alface crespa c/ tomate Gelatina de Morango	Arroz/Feijão Carne de panela c/ legumes Salada de alface c/ tomate Fruta	Arroz/Feijão File de frango acebolado Salada de chuchu c/ salsa Sagu	Arroz/Feijão Peixe No fubá Pirão de Peixe Salada de escarola Fruta	
Segunda feira 07/10/2019	Terça feira 08/10/2019	Quarta feira 09/10/2019	Quinta feira 10/10/2019	Sexta feira 11/10/2019
Arroz/Feijão Linguíça calabresa acebolada Farofa rica Repolho c/ tomate Fruta	Arroz /Feijão Rocambole de carne Salada de alface c/ tomate Mousse de Limao	Arroz / Feijão Feijoada Farofa de couve Fruta	Arroz /feijão Cubos de frango grelhados Abobora saute Manjar de coco	Arroz /Feijão Bife a milanesa Creme de espinafre Fruta
Segunda feira 14/10/2019	Terça feira 15/10/2019	Quarta feira 16/10/2019	Quinta feira 17/10/2019	Sexta feira 18/10/2019
Arroz/Feijão Linguíça toscana acebolada Salada de repolho c/ tomate Fruta	Arroz/Feijão Frango assado Creme de Milho Gelatina de morango	Arroz/ feijão Carne de panela em cubos ao molho escuro Salada de folhas verdes Doce de abobora	Arroz/Feijão Isca de frango acebolada Pure de batata c/ cenoura Fruta	Arroz/Feijão Lasanha a bolonhesa Salada de alface Mousse de chocolate
Segunda feira 21/10/2019	Terça feira 22/10/2019	Quarta feira 23/10/2019	Quinta feira 24/10/2019	Sexta feira 25/10/2019
Arroz /Feijão Salsicha ao suço Pure de batata Fruta	Arroz / Feijão Costela bovina Mandioca na manteiga Spumoni de Maracuja	Arroz /Feijão Peixe assado com batatas Salada de folhas verdes c/ tomate Fruta	Arroz /Feijão Strogonoff de carne Batata palha Gelatina de uva	Arroz /Feijão Frango assado Salada de alface Bolo de aniversario
Segunda feira 28/10/2019	Terça feira 29/10/2019	Quarta feira 30/10/2019	Quinta feira 31/10/2019	
Arroz /Feijão Pernil em cubos ao limao Farofa Sagu	Arroz c/ cenoura/Feijão Almndegas ao suço Salada de escarola c/ tomate Fruta	Arroz/Feijão File de coxa grelhado Repolho refogado com cenoura Gelatina de morango ao creme	Arroz/Feijão Panqueca de carne Salada mix de folhas Fruta	

Bruna Sampietty
Nutricionista
CRN3: 28488