

APROVADO
Por CPS - núcleo alimentação escolar às 16:08, 19/9/2018

| CARDÁPIO MENSAL REFERENTE AO MÊS OUTUBRO/2018 | | APROVADO | | | | |
|-----------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| | | Por CPS - núcleo alimentação escolar às 16:08, 19/9/2018 | | | | |
| Soluções | | SEGUNDA 01/out | TERÇA 02/out | QUARTA 03/out | QUINTA 04/out | SEXTA 05/out |
| ALMOÇO | PRATO BASE | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service |
| | PROTEINA | Linguíça assada acebolada 120g/2 unidades | Carne moída com azeitona e salsinha 120g (1 e 1/2 colher de servir) | Cubos suíno ao molho vinagrete 150g (1 e 1/2 colher de servir) | Isclas de carne ao molho primavera(milho/ervilha) 120g (1 colher de servir) | Fricasse de frango 120g (1 colher de servir) |
| | GUARNIÇÃO | Farofa rica (fria) 80 g (1 colher de servir) | Abobrinha refogada 100g (1 1/2 colher de servir) | Batata sauté 120g (1 colher cheia de servir) | chuchu na salsa 80g (1 colher de servir) | Batata palha 30g (2 pedadores) |
| | SALADA/SOBREMESA | Mexerica 1 unidade | Alface c/ tomate self service | Melancia 150 gr | Mix de Repolho c/ cenoura self service | Maça 1 unidade |
| | CALORIAS | 877,72 | 599,48 | 920,06 | 718,54 | 651,62 |
| | | | | | | |
| | | 08/out | 09/out | 10/out | 11/out | 12/out |
| ALMOÇO | PRATO BASE | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão | FERIADO |
| | PROTEINA | Carne louca 120g (1 colher de servir) | Sobrecoxa de frango assada 150g (1 unidade) | Isclas de carne acebolada 120g (1 colher de servir) | SALSICHA AO SUGO 120g/2 unidades | FERIADO |
| | GUARNIÇÃO | Farofa rica 80g (1 1/2 colher de servir) | Seleto de legumes (batata/ervilha/vagem) 80g (1 colher de servir rasa) | Cenoura sauté 80g (1 1/2 colher de servir) | Pure de batata 120g (1 colher de servir) | FERIADO |
| | SALADA/SOBREMESA | Alfice c/ Cenoura self service | Abacaxi 150g (1 fatia) | mix de folha c/ Beterraba self service | Maça 1 unidade | FERIADO |
| | CALORIAS | 580,64 | 891,58 | 682,09 | 908,69 | FERIADO |
| | | | | | | |

aprovação : O CARDÁPIO SÓ PODERÁ SER ALTERADO COM AUTORIZAÇÃO POR ESCRITO DO DAE/CPS
Nutricionista Contratante : Mônica Rosário de Barros - CRN 36.154

Data de Emissão :

| CARDÁPIO MENSAL REFERENTE AO MÊS OUTUBRO/2018 | | APROVADO: | | | | |
|-----------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Soluções | | SEGUNDA 15/out | TERÇA 16/out | QUARTA 17/out | QUINTA 18/out | SEXTA 19/out |
| ALMOÇO | PRATO BASE | | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service |
| | PROTEINA | | Carne de Panela ao molho de tomate 120g (1 unidade) | Filé de frango acebolado 120g (1 unidade) | Almondegas ao sugo 120g (4 unidades) | Isclas suína ao vinagrete 150g (1 colher cheia de servir) |
| | GUARNIÇÃO | | Chuchu Mimoso 80g (1 1/2 colher de servir) | Crema de milho 80g (1 1/2 colher de servir) | Seleto de legumes (batata,vagem e ervilha) 80g (1 colher rasa de servir) | Farofa rica 80g (1 1/2 colher de servir) |
| | SALADA/SOBREMESA | | Repolho/cenoura self service | Melancia 150 gr | Acelga com beterraba self service | Mexerica 1 unidade |
| | CALORIAS | | 674,98 | 642,23 | 773,01 | 949,96 |
| | | | | | | |
| | | 22/out | 23/out | 24/out | 25/out | 26/out |
| ALMOÇO | PRATO BASE | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão Preto self service |
| | PROTEINA | Stroganoffe de Carne 120g (1 colher de servir) | iscas de frango ao molho shoyu 120g (1 colher de servir) | Carne moída com azeitona e salsinha 120g (1 1/2 colher de servir) | SALSICHA AO SUGO 120g/2 unidades | Picadinho de carne bovina M.ferrugem 120g (1 colher de servir) |
| | GUARNIÇÃO | Batata Palha 30g (2 pedadores) | Seleto de legumes (Cenoura,milho e ervilha) 80g (1 colher de servir) | Abobrinha refogada 100 gr (1 1/2 colher de servir) | Pure de batata 120g (1 colher de servir) | Chuchu na salsa 80g (1 1/2 colher de servir) |
| | SALADA/SOBREMESA | Alface c/ Beterraba self service | Melão 150 gr (1 fatia) | Escarola com tomate self service | Abacaxi 150 gr (1 fatia) | Repolho c/ cenoura self service |
| | CALORIAS | 714,94 | 661,87 | 603,07 | 953,55 | 493,18 |
| | | | | | | |
| | | 29/out | 30/out | 31/out | | |
| ALMOÇO | PRATO BASE | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | Arroz e Feijão self service | | |
| | PROTEINA | Linguíça toscana ao vinagrete 120g/2 unidades | Fricasse de frango 120g (1 colher de servir) | Carne assada M. roty 150g (1 unidade) | | |
| | GUARNIÇÃO | farofa rica 80g (1 1/2 colher de servir) | Batata palha 30g (2 pedadores) | Seleto de legumes (Cenoura,batata e ervilha) 80g (1 colher de servir) | | |
| | SALADA/SOBREMESA | Maça 1 unidade | Acelga com beterraba self service | Banana 1 unidade | | |
| | CALORIAS | 600,12 | 623,5 | 840,01 | | |
| | | | | | | |

APROVADO
Por CPS - núcleo alimentação escolar às 16:08, 19/9/2018

Data de Aprovação O CARDÁPIO SÓ PODERÁ SER ALTERADO COM AUTORIZAÇÃO POR ESCRITO DO DAE/CPS
Nutricionista Contratante : Mônica Rosário de Barros - CRN 36.154