

## CARDÁPIO SEMANAL-EMEIS: PERÍODO DE 05/11/2018 A 09/11/2018

2ªFEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Biscoito amanteigado e leite batido c/ maracujá</p> <p><b>ALMOÇO</b> Macarronada Com molho simples <b>Empanado de frango assado</b> Creme de milho verde Salada: tomate c/ cebola <i>*arroz feijão opcional</i></p> <p><b>SOBREMESA</b> Gelatina sabor uva</p> <p><b>LANCHE</b> <b>Flocos</b> de cereal tipo sucrilhos com leite</p> <p><b>JANTAR</b> Risoto c/ frango desfiado tomate, cenoura, azeitona, milho verde, ervilha e cheiro verde e suco sabor acerola</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Bolo simples e leite c/ achocolatado</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão comum <b>File de coxa e sobrecoxa</b> em cubos ao molho c/ tomate, cebola e cheiro verde Polenta simples Salada: repolho c/cenoura ralada</p> <p><b>SOBREMESA</b> Fruta</p> <p><b>LANCHE</b> Biscoito wafer sabor chocolate e leite c/ nesquik</p> <p><b>JANTAR</b> Sopa de fubá com carne moída, couve, tomate e cheiro verde</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Biscoito maisena e leite batido c/ polpa de morango</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz <b>primavera</b> com (cenoura, vagem, milho verde, azeitona, ervilha, cebola e cheiro verde) Feijão <b>Sardinha c/ tomate e cebola</b> Espinafre refogado Salada: alface c/ cebola</p> <p><b>SOBREMESA</b> Fruta</p> <p><b>LANCHE</b> Bolo de cenoura simples e suco natural limão c/ cenoura</p> <p><b>JANTAR</b> Sopa de arroz c/ carne de frango picadinha, tomate, cenoura, batata doce, beterraba, lentilha e cheiro verde</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Pão caseiro c/margarina e vitamina de frutas</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão c/ beterraba ralada <b>Ovos mexidos</b> c/ tomate, cebola e cheiro verde Farofa de carne moída bovina Salada: chuchu c/ cebolinha</p> <p><b>SOBREMESA</b> Fruta</p> <p><b>LANCHE</b> Bolinho de espinafre e suco natural laranja</p> <p><b>JANTAR</b> Sopa de macarrão com feijão, carne picadinha, cenoura, chuchu, abobora moranga e cheiro verde</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Pão caseiro c/maionese e leite c/ nesquik</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz c/ ervilha Feijão comum <b>Pernil suíno</b> refogado c/ mandioca em cubinhos cebola e cheiro verde Escarola refogada Salada: couve c/ tomate em cubinhos</p> <p><b>SOBREMESA</b> Fruta</p> <p><b>LANCHE</b> Biscoito salgado crean cracker c/ patê de sardinha e suco sabor morango</p> <p><b>JANTAR</b> Torta de legumes c/ requeijão, cenoura, tomate, milho verde, ervilha, cheiro verde e suco goiaba</p>