

## CARDÁPIO SEMANAL - EMEIS: 02/12/2019 a 06/12/2019

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Biscoito <b>maisena</b> e leite batido c/ a polpa de maracujá <b>ALMOÇO</b> Arroz branco Feijão comum File de <b>frango</b> em cubos refogado com tomate, cebola e cheiro verde Purê de batata Salada: repolho c/ cenoura ralada *arroz/ feijão opcional <b>SOBREMESA</b> Gelatina sabor opcional <b>LANCHE</b> Biscoito salgado <b>cream cracker</b> c/ vitamina de frutas <b>JANTAR</b> Macarronada c/ molho de <b>carne moída bovina</b> , cenoura, tomate, espinafre e cheiro verde e suco morango (polpa)	<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Bolo simples de <b>cenoura</b> e leite c/ nesquik sabor morango <b>ALMOÇO</b> Arroz branco Feijão comum <b>Almondegas</b> ao molho c/ cenoura, espinafre, tomate e cheiro verde Couve refogada Salada: beterraba c/ cebola <b>SOBREMESA</b> Fruta <b>LANCHE</b> <b>Manjar</b> branco c/ coco ralado e <b>ameixa</b> preta <b>JANTAR</b> Sopa de fubá c/ <b>carne picadinha</b> , tomate, couve, cenoura, chuchu e cheiro verde	<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Pão caseiro c/ <b>margarina</b> e leite c/ achocolatado <b>ALMOÇO</b> Arroz branco Feijão comum <b>Ovos mexidos</b> c/ tomate, cebola e cheiro verde Farofa de carne moída Salada: alface c/ cebola <b>SOBREMESA</b> Fruta <b>LANCHE</b> <b>Flocos</b> de cereal sabor chocolate com leite integral <b>JANTAR</b> Sopa de macarrão c/ feijão, carne de <b>frango picadinha</b> , cenoura, chuchu, batata, tomate, cheiro verde	<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Pão caseiro c/ <b>patê de atum</b> e vitamina de frutas <b>ALMOÇO</b> Arroz branco <b>File de coxa e sobrecoxa</b> em cubos refogado c/ tomate, azeitona, cebola e cheiro verde Polenta simples Salada: acelga c/ cenoura ralada <b>SOBREMESA</b> Fruta <b>LANCHE</b> <b>Biscoito integral cacau</b> e leite c/ achocolatado <b>JANTAR</b> Sopa de <b>arroz</b> c/ carne bovina picadinha, tomate, cenoura, batata doce, beterraba e cheiro verde	<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Biscoito salgado tipo <b>aperitivo</b> e leite c/ achocolatado <b>ALMOÇO</b> Arroz branco Feijão comum <b>Quibe</b> assado Legumes refogado Salada: tomate c/ cebola <b>SOBREMESA</b> Salada de frutas <b>LANCHE</b> <b>Bolo simples de chocolate</b> e suco sabor goiaba <b>JANTAR</b> Torta de <b>frango</b> c/ tomate, cenoura, azeitona, milho verde, ervilha e cheiro verde + suco natural laranja