

CARDÁPIO SEMANAL - EMEIS: 19/08/2019 a 23/08/2019

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<p>CAFÉ DA MANHÃ Biscoito integral cacau integral e leite com nesquik</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum Empanado de frango assado Creme de milho verde Salada: tomate c/ cebola</p> <p>SOBREMESA Gelatina sabor opcional</p> <p>LANCHE Flocos de cereais tipo sucrilhos com leite integral e para acompanhar uma fruta</p> <p>JANTAR Sopa de fubá c/ carne bovina picadinha, tomate, couve, cenoura, chuchu e cheiro verde</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Pão caseiro com maionese e leite c/ achocolatado</p> <p>ALMOÇO Macarronada Carne de panela (coxão mole) c/batata, tomate, cebola e cheiro verde Abobrinha refogada Salada: repolho c/ cenoura ralada *arroz/ feijão opcional</p> <p>SOBREMESA Fruta</p> <p>LANCHE Bolinho de espinafre e suco sabor morango (polpa)</p> <p>JANTAR Risoto: arroz c/ (carne desfiada de frango), tomate, cenoura, azeitona, milho verde, ervilha e cheiro verde</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Pão caseiro com margarina e vitamina de frutas (banana e mamão)</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum File de coxa e sobrecoxa em cubos refogado c/ tomate, azeitona, cebola e cheiro verde Polenta simples Salada: beterraba c/ cebola</p> <p>SOBREMESA Fruta</p> <p>LANCHE Bolo de cenoura simples e leite batido com abacate</p> <p>JANTAR Sopa de macarrão c/ feijão, carne bovina picadinha, cenoura, chuchu, batata, tomate, cheiro verde</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Bolo de fubá e leite c/ nesquik sabor morango</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum Pernil suíno refogado c/mandioca cozida em cubinhos Espinafre refogada Salada: tomate c/ cebola</p> <p>SOBREMESA Canjica c/ amendoim torrado e coco ralado</p> <p>LANCHE Biscoito salgado cream cracker c/ patê de frango e leite com nesquik</p> <p>JANTAR Sopa de fubá c/ carne picadinha, tomate, couve, cenoura, chuchu e cheiro verde</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Flocos de cereais sabor chocolate c/ leite integral</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum Ovos mexidos c/espinafre, tomate, cebola e cheiro verde Farofa de cenoura Salada: acelga c/ cebola</p> <p>SOBREMESA Fruta</p> <p>LANCHE Pão de queijo c/ suco sabor goiaba</p> <p>JANTAR Torta de frango c/ milho verde, ervilha, azeitona e cheiro verde c/suco natural sabor laranja</p>