

## CARDÁPIO SEMANAL - EMEIS: 30/09/2019 a 04/10/2019

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Biscoito <b>maisena</b> e leite c/ achocolatado</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz branco Feijão comum <b>Peixe</b> (file de tilápia) ensopado c/ (batata, cebola tomate, ervilha, azeitona e cheiro verde Salada: tomate c/ cebola</p> <p><b>SOBREMESA</b> Gelatina sabor opcional</p> <p><b>LANCHE</b> <b>Pão de queijo</b> suco natural de limão c/ cenoura</p> <p><b>JANTAR</b> Risoto: arroz c/ (<b>carne desfiada de frango</b>), tomate, cenoura, azeitona, milho verde, ervilha e cheiro verde</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> <b>Bolo de fubá</b> e leite c/ nesquik sabor morango</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz branco Feijão comum File de <b>frango</b> em cubos no molho com tomate, cebola e cheiro verde Purê de batata Salada: repolho</p> <p><b>SOBREMESA</b> Fruta</p> <p><b>LANCHE</b> Biscoito salgado <b>cream cracker</b> c/ margarina e leite batido c/ a polpa de maracujá</p> <p><b>JANTAR</b> Sopa de fubá c/ <b>carne picadinha</b>, tomate, couve, cenoura, chuchu e cheiro verde</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Pão caseiro c/ <b>margarina</b> e leite c/ achocolatado</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz branco Feijão comum <b>Almondégas</b> ao molho c/ cenoura, espinafre, tomate e cheiro verde Abobrinha refogada Salada: alface</p> <p><b>SOBREMESA</b> Fruta</p> <p><b>LANCHE</b> <b>Flocos</b> de cereal sabor chocolate com leite</p> <p><b>JANTAR</b> Sopa de macarrão c/ feijão, carne de <b>frango picadinha</b>, cenoura, chuchu, batata, tomate, cheiro verde</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Pão caseiro c/ <b>patê de atum</b> e vitamina de frutas</p> <p><b>ALMOÇO</b> Macarronada simples <b>Carne de panela</b> c/ cebola e cheiro verde Couve refogada Salada: alface <b>*arroz/ feijão opcional</b></p> <p><b>SOBREMESA</b> Fruta</p> <p><b>LANCHE</b> <b>Biscoito integral cacau</b> e leite c/ achocolatado</p> <p><b>JANTAR</b> Torta de <b>carne</b> c/ milho Verde, ervilha, azeitona e cheiro verde + sabor laranja natural</p>	<p><b>FACULTATIVO</b></p>