

CARDÁPIO PARA SEMANA DE 18 A 22 DE SETEMBRO

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
FIXO	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
PROTEÍNA	Empadão de frango	Carne moída com cenoura picadinha	Iscas de filé mignon suíno	Yakissoba de carne com legumes	Frango assado
GUARNIÇÃO 1	Beterraba cozida	Purê de inhame	Suflê de chuchu	--	Farofa
GUARNIÇÃO 2	Salada de grão de bico	--	Salada de abóbora	--	Salada de cenoura, batata e chuchu
GUARNIÇÃO 3	Brócolis cozido	--	Couve refogada	--	Couve refogada
SALADA FIXA	Alface, tomate, pepino	Alface, tomate e milho	Alface, tomate, pepino	Alface, tomate, pepino	Alface, rúcula, manga
SUCO	Uva	Maracujá	Limão	cajú	Limão
SOBREMESA	Banana	Tangerina	Manga	Maçã	Abacaxi

Obs.: O cardápio pode sofrer alterações sem aviso prévio, com autorização da nutricionista.

Nutricionista Liv Aune. Crn4- 10100052