

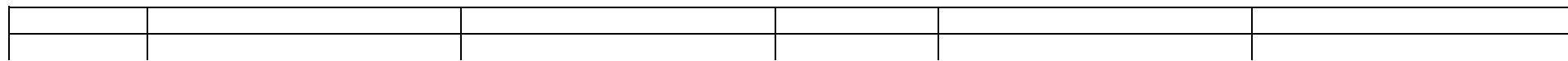


CARDÁPIO MENSAL

Marco | 2012

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
				01/mar	02/mar
Salada				Alface lisa e cenoura ralada	Mix de folhas, tomate e beterraba
Prato base				Arroz e feijão	Arroz e feijão
Prato principal				Carne moída refogada	Filé de Peixe cação grelhado
Guarnição				Repolho refogado	Farofa rica
Sobremesa				Banana	Doce de Abóbora com coco
Suco				Morango	Limão
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	05/mar	06/mar	07/mar	08/mar	09/mar
Salada	Alface crespa, tomate e rucula	Alface americana e couve-flor	Alface mimosa e	Alface romana, tomate e acelga	Radiccio e pepino
Prato base	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão preto
Prato principal	Filé de frango grelhado	Picadinho de carne	Coxa de frango	Carne louca	Stroganoff de carne
Guarnição	Couve manteiga refogada	Polenta	Espaguete ao sugo	Milho	Batata Palha
Sobremesa	Maça	Melão	Melancia	Gelatina de limão	Salada de Frutas
Suco	Uva	Goiaba	Morango	Maracujá	Abacaxi com hortelã
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	12/mar	13/mar	14/mar	15/mar	16/mar
Salada	Alface crespa e feijão branco ao vinagrete	Alface mimosa e beterraba ralada	Alface americana e	Alface lisa e abobrinha dorê	Alface americana e macarrones
Prato base	Arroz e Feijão Preto	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
Prato principal	Bife grelhado com azeitonas	Steak de frango com queijo	Filé de frango à dorê	Salsicha ao molho de tomate	Cubos de frango ao molho
Guarnição	Crema de Milho	Macarrão alho e óleo	Chuchu tropeiro	Panache de legumes	Purê de batatas
Sobremesa	Gelatina Moisés	Mexerica	Manga	Mousse de maracujá	Mamão
Suco	Cajú	Uva	Morango	Abacaxi	Goiaba
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	19/mar	20/mar	21/mar	22/mar	23/mar
Salada	Alface lisa e acelga	Alface crespa e lentilha com queijo	Alface americana e	Alface mimosa e repolho branco	Alface romana e escarola
Prato base	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão preto
Prato principal	Almondegas de frango	Isca de carne grelhada	Sobrecosta assada	Pernil ao molho	Bife a pizzaiolo
Guarnição	Macarrão à parisiense	Couve refogada com bacon	Legumes sauté	Farofa	Abobrinha regoda
Sobremesa	Laranja	Pudim com calda de laranja	Abacaxi	Melancia	Bolo de cenoura
Suco	Morango	Acerola	Pessego	Limão	Amora

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	26/mar	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar
Salada	Alface mimosa e batata bolinha ao	Alface romana e couve flor com ervilhas	Alface crespa e	Alface lisa e couve	Alface americana e acelga com milho
Prato base	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão
Prato principal	Filé de Cação assado	Macarrão Chop Suey	Nugget's de Frango	Carnes em cubo ao molho	Rolê de frango
Guarnição	Macarrão ao sugo	Cenoura sauté	Polenta	Repolho refogado	Purê de mandioquinha
Sobremesa	Mousse de limão	Melão	Maça	Spumone de morango	Crema Ursinho
Suco	Manga	Uva	Cajú	Abacaxi c hortelã	Laranja com acerola



--	--	--	--

--	--

