



CARDÁPIO ALMOÇO B2 - SETEMBRO 2019

NORMAL COM PRODUTOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

(AF) = agricultura familiar

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
2-set Arroz branco Feijão preto Carne moída com tomate e cheiro verde Vagem refogada Salada de couve-flor Melão	3-set Arroz branco Feijão carioca Strogonoff de carne Batata palha Salada de repolho roxo Laranja	4-set Arroz branco (AF) Feijão preto Bife grelhado Creme de milho Salada de brócolis Pudim diversos sabores	5-set Arroz branco (AF) Feijão carioca Peito de frango à milanesa Abobrinha refogada Salada de chuchu com cheiro verde Abacaxi em calda	6-set Arroz branco (AF) Feijão preto Iscas de frango refogada Farofa de espinafre Salada de grão de bico com tomate Mamão
9-set Arroz branco (AF) Feijão preto Bife acebolado Batata sauté Salada de repolho ao vinagrete Gelatina diversos sabores	10-set Arroz integral Feijão carioca Carne de panela com ervas Acelga refogada Salada de pepino Laranja	11-set Arroz branco (AF) Feijão preto Frango ao molho de abobrinha Chuchu refogado Salada de cenoura Abacaxi em calda	12-set Arroz branco (AF) Feijão carioca Quibe assado com molho Abóbora refogada Salada de alface com tomate (AF) Melancia	13-set Arroz branco (AF) Feijão preto Frango assado Farofa de couve Salada de beterraba Melão
16-set Arroz branco (AF) Feijão preto Fricassê de frango Batata assada com alecrim Salada de acelga Melão	17-set Arroz branco (AF) Feijão carioca Ensopado caipira Couve refogada Salada de feijão branco com tomate Salada de frutas	18-set Arroz branco (AF) Feijão preto Peito de frango grelhado Cenoura refogada com espinafre Salada de tomate Pudim diversos sabores	19-set Arroz branco (AF) Feijão carioca Bife à milanesa Farofa de repolho (AF) Salada de vagem Laranja	20-set Arroz branco (AF) Feijão preto Almôndegas de carne assada ao sugo Macarrão parafuso ao sugo Salada de agrião Mamão
23-set Arroz branco (AF) Feijão preto Frango à camponesa Batata salsa refogada Salada de alface com tomate Abacaxi em calda	24-set Arroz branco (AF) Feijão carioca Picadinho à Juliana Chuchu sauté Salada de couve-flor Melancia	25-set Arroz branco (AF) Feijão preto Barreado Farinha de mandioca torrada Salada de cenoura Salada de frutas	26-set Arroz branco (AF) Feijão carioca Frango à romana Brócolis refogado (AF) Salada de beterraba Gelatina diversos sabores	27-set Arroz integral Feijão preto Carne moída com tomate e cheiro verde Quirera Salada de chuchu ao vinagrete Mamão
30-set Arroz branco (AF) Feijão preto Carne picadinha com aipim Polenta cremosa Salada de tomate Laranja	1-out	2-out	3-out	4-out

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO ÀS ESCOLAS INTEGRAIS E PODE SER ACESSADO PELO SITE: www.cidadedoconhecimento.org.br/ Estrutura da Secretaria/ Gerência de Alimentação/ Cardápios/ Cardápios Escolas Almoço. Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelo telefone 3350-3093 e 3350-3658.


 MARIA RÔTI MARQUES GALVÃO
 MATRÍCULA 13.4643
 NUTRICIONISTA/RM
 CRN - n.º 3093-8ª R