



Jaqueline Martins dos Santos Stámatos
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

Lucrecia Bakovicz
Gerência de Alimentação
Matrícula 192195
Nutricionista/CRN-8 9930

CARDÁPIO ALMOÇO A3 - DEZEMBRO 2023

Juliana R. de Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775



SEM LACTOSE, GASTRITE

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				1-dez Arroz branco Feijão preto ISCAS DE FRANGO AO SUGO Beterraba cozida Salada de lentilha com cenoura Pêssego
4-dez Arroz integral Feijão preto Bife com molho de ervilhas Macarrão parafuso integral ao sugo SALADA DE PEPINO Mamão	5-dez Arroz branco Feijão Carioca Isclas de frango ao sugo Batata doce assada SALADA DE ALFACE SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI	6-dez Arroz com brócolis Feijão preto Frango assado Batata cenoura e chuchu refogados SALADA DE BETERRABA PÊSSEGO	7-dez Arroz branco Feijão Carioca Bife com milho e ervilha Farofa de espinafre SALADA DE COUVE-FLOR Melão	8-dez Arroz branco Feijão preto ISCAS DE CARNE AO SUGO Cenoura com batata salsa AF SALADA DE AGRIÃO MANGA PICADA
11-dez Arroz branco Feijão preto Quibe assado com molho Cenoura repolho e vagem refogados SALADA DE ALFACE Melão	12-dez Arroz branco Feijão Carioca Picadinho de carne Farofa de couve Salada de repolho verde com repolho roxo PÊSSEGO	13-dez Arroz integral Feijão preto ISCAS DE FRANGO AO SUGO Batata assada com alecrim SALADA DE BETERRABA CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA	14-dez Arroz branco Feijão Carioca CARNE MOÍDA REFOGADA Macarrão parafuso ao sugo Salada de vagem Melancia	15-dez Arroz com cenoura Feijão preto PEITO DE FRANGO GRELHADO Abóbora refogada SALADA DE ALFACE Pera
18-dez Arroz branco Feijão preto Almôndega de carne ao sugo Macarrão alho e óleo Salada de alface com cenoura Sagu de uva	19-dez Arroz branco Feijão carioca Frango Assado Purê de cenoura SALADA DE GRÃO DE BICO BANANA	20-dez Arroz integral Feijão preto Frango ao molho Farofa de repolho SALADA DE PEPINO Mamão	21-dez Arroz branco FEIJÃO PRETO Posta assada ao molho Cenoura com batata Salsa SALADA DE BRÓCOLIS Ameixa	22-dez Arroz com vagem Feijão carioca ISCAS DE CARNE AO SUGO Aipim sauté Salada de repolho verde com repolho roxo SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI
26/dez	27/dez	28/dez	29/dez	30/dez

NÃO TEMPERAR AS SALADAS COM LIMÃO E/OU VINAGRE.