



CURITIBA

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

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

CARDÁPIO ALMOÇO B2 - DEZEMBRO 2023

Juliana Rodrigues Dias Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775



VEGETARIANA (SEM ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				1-dez Arroz branco Feijão preto OMELETE COM TOMATE SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE Beterraba cozida Salada de lentilha com cenoura Pêssego
4-dez Arroz integral Feijão preto HAMBÚRGUER DE SOJA AO SUGO Batata doce assada Salada de Agrião com tomate Laranja	5-dez Arroz branco Feijão Carioca CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO SEM ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE Farofa de espinafre Salada de Couve-flor com limão Melão	6-dez Arroz com brócolis Feijão preto PANQUECA VEGETARIANA COM QUEIJO SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE Cenoura com batata salsa Salada de alface com limão Mamão	7-dez Arroz branco Feijão Carioca BOLINHO DE SOJA ASSADO Batata cenoura e chuchu refogados Salada de tomate com limão Abacaxi	8-dez Arroz branco Feijão preto OMELETE COM CENOURA SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE Macarrão parafuso integral ao sugo SALADA DE REPOLHO(AF) Salada de frutas
11-dez Arroz branco Feijão preto CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO SEM ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE Macarrão parafuso ao sugo Salada de vagem Melancia	12-dez Arroz branco Feijão Carioca BOLINHO DE SOJA ASSADO Abóbora refogada Salada de alface e tomate Pera	13-dez Arroz integral Feijão preto CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO SEM ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE Farofa de couve Salada de repolho verde com repolho roxo Laranja	14-dez Arroz com cenoura Feijão Carioca OMELETE COM TOMATE SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE BATATA ASSADA Salada de beterraba com limão Mousse de Maracujá	15-dez Arroz branco Feijão preto PANQUECA VEGETARIANA COM QUEIJO SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE Cenoura repolho e vagem refogados SALADA DE TOMATE Melão
18-dez Arroz branco Feijão carioca OMELETE COM CENOURA SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE Farofa de repolho Salada de tomate com pepino Salada de frutas	19-dez Arroz branco VIRADO DE FEIJÃO (DIETA) BOLINHO DE SOJA ASSADO Cenoura com batata Salsa Salada de brócolis com limão Sagu de uva	20-dez Arroz integral Feijão preto CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO SEM ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE Aipim sauté Salada de repolho verde com repolho roxo Abacaxi	21-dez Arroz branco Feijão carioca PANQUECA VEGETARIANA COM QUEIJO SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE Purê de cenoura Salada de grão de bico com tomate Mamão	22-dez Arroz com vagem Feijão Preto ALMONDEGA DE SOJA ASSADAS AO SUGO MACARRÃO PARAFUSO Salada de alface com cenoura Ameixa
26-dez	27-dez	28-dez	29-dez	30-dez

TODAS AS PREPARAÇÕES DEVEM SER ELABORADAS SEM ADIÇÃO DE ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE