**CARDÁPIO AGOSTO 2024 – ALMOÇO/JANTA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda 19/08** | **Terça 20/08** | **Quarta 21/08** | **Quinta 22/08** | **Sexta 23/08** |
| **Acomp.** | Arroz | Arroz | Arroz | Arroz | Arroz/ Arroz integralFeijão |
| **Principal** | Tatu bovino na panela  | Estrogonofe de frango cremoso | File de frango grelhado  | Sobrecoxa de frango no forno com gergelim  | Bife acebolado  |
| **2ª opção** |  | Lombo suino grelhado  | Peixe na milanesa  |  |  |
| **Guarnição** | Batata doce caramelizada  | Espeguette com ervas  | Batata no forno  | Polenta cremosa com carne moida  | Parafusso ao alho oleo  |
| **Vegetariano** | Ovos mexidos  | Refogado de PTS | Abobrinha recheada com ricota | PTS com legumes | Ovos cozidos |
| **Salada 1** | Repolho com abacaxi | Alface  | Mix de folhas | Alface  | Alface com laranja  |
| **Salada 2** |  Abobrinha cozida | Feijão branco | Cenoura cozida | Chuchu  | Beterraba ralada |
| **Salada 3** | Grão de trigo | Beterraba cozida | Pepino com tomate | Mix de repolho | Vinagrete |
| **Sobremesa** | Laranja  | Gelatina |  Maçã  | Pudim | Melancia |
| **Água** | **Água** | **Água** | **Água** | **Água** | **Água** |

**Cardápio sujeito a alterações**

*Giuliana Karoline*

*Nutricionista CRN 10 - 10651*