**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 integral  Feijão |
| **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*