**CARDÁPIO NOVEMBRO 2024 – ALMOÇO/JANTA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda 25/11)** | **Terça (26/11)** | **Quarta (27/11)** | **Quinta (28/11)** | **Sexta (29/11)** |
| **Acomp.** | Arroz/Arroz integral | Arroz | Arroz | Arroz | Arroz/Arroz integral |
| **Principal** | Coxinha da asa á milanesa | Lombo suino ao molho de abacaxi | Frango á parisiense | Tatu bovino ao molho escabeche | Filé á parmegiana |
| **2ª opção** |  |  |  |  |  |
| **Guarnição** | Macarrão ao sugo | Farofa rica | Polenta cremosa | Legumes á vapor | Macarrão ao pesto |
| **Vegetariano** | PTS refogado | Ovos cozidos | Bolinho de PTS | Ovos mechidos | PTS com legumes |
| **Salada 1** | Alface | Alface | Alface | Alface | Alface |
| **Salada 2** | Acelga com tomate | Mix de repolho | Cenoura ralada | Pepino com tomate | Tabule |
| **Salada 3** | Grão de bico | Beterraba cozida | Lentilha | Chuchu cozido | Abobrinha cozida |
| **Sobremesa** | Laranja | Gelatina | Maçã | Arroz doce | Melancia |
| **Água** | Á**gua** | **Água** | **Água** | **Água** | **Água** |

**\*Cardápio sujeito a alterações**

*Giuliana Karoline*

*Nutricionista CRN 10 - 10651*