

CARDÁPIO MENSAL DE NOVEMBRO 2023

Semanas	Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
1ª Semana 06 a 10	Arroz/Feijão Carne Moída c/ Ovos Abobrinha Refogada Salada Fruta da Época	Arroz/ Feijão Coxinha de Frango Macarrão com Brócolis Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Lombo Virado de Couve Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Frango Empanado Creme de Milho Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Carne de Panela Legumes Sauté Fruta da Época
2ª Semana 13 a 17	Risoto de Carne Moída com Legumes (Vagem, Cenoura e Tomate) Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Linguíça Toscana Assada Viradinho de Couve Salada Fruta da Época	FERIADO	Arroz/Feijão Strogonoff de Carne Batata Palha Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Omelete de Queijo Purê Misto Salada Fruta da Época
3ª Semana 20 a 24	FERIADO	Arroz/Feijão Músculo com Legumes (Abóbora, Tomate e Cebolinha) Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Fricassê de Frango Verdura Refogada Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Lombo suíno Polenta ao Sugo Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Lasanha de Frango com presunto e queijo Salada
4ª Semana 27 a 01/12	Arroz/Feijão Carne de Panela Berinjela a Pizzaiolo Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Fígado em Tirinhas Batata Corada Salada Fruta da Época	Frango Cremoso com requeijão Torta de Legumes Arroz/ Feijão Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Almondegas ao Sugo Macarrão Alho e Óleo Salada Fruta da Época	Arroz/Feijão Frango Assado Purê de Batatas Salada Fruta da Época

CARDÁPIO MENSAL DE NOVEMBRO 2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
JANTAR	Torta de Frios com Milho e Ervilha	Risoto de Frango com Vagem, Cenoura e Abóbora	Mini Pizza de Frios com Tomate e Orégano	Macarrão com Carne Moída	Lanche de Pão de Forma com Frios, Cenoura Ralada e Tomate
	Suco de fruta da época	Suco de fruta da época	Suco de fruta da época	Suco de fruta da época	Suco de fruta da época

OBS: Para evitar a repetição, podemos alternar durante as próximas semanas os sabores de sucos e as proteínas da composição de cada prato.

Exemplo: Risoto de Carne, Mini Pizza de Frango, Lanche com Peito de Peru, etc.