

CARDÁPIO – FUNDAMENTAL I e II

Junho

SEMANA DE 31/05/21 a 02/06/21

2ª FEIRA: Salada mista, estrogonofe de frango, batata corada no forno, arroz, feijão. Opção: carne.

3ª FEIRA: Salada de repolho roxo, bolo de carne, purê abóbora, arroz, feijão. Opção: frango.

4ª FEIRA: Brócolis americano refogado, filé de frango, cenoura e beterraba sauté, arroz, feijão. Opção: carne.

SEMANA DE 07/06/21 a 11/06/21

2ª FEIRA: Couve refogada, filé de peixe, purê de batata, arroz, feijão. Opção: carne.

3ª FEIRA: Seleta de legumes, filé de frango, suflê de milho, arroz, feijão. Opção: ovo.

4ª FEIRA: Salada mista, panqueca com carne moída, ratatoulli de berinjela e abobrinha, arroz, feijão. Opção: frango.

5ª FEIRA: Salada mista, filé de frango, legumes assados, arroz, feijão. Opção: ovo.

6ª FEIRA: Salada de chuchu com cenoura, bife de panela, farofa nutritiva, molho à campanha, arroz, feijão. Opção: frango.

SEMANA DE 14/06/21 a 18/06/21

2ª FEIRA: Salada mista, escondidinho de batata com carne moída, vagem, arroz, feijão. Opção: frango.

3ª FEIRA: Seleta de legumes, filé de peixe, purê de inhame, arroz, feijão. Opção: carne.

4ª FEIRA: Salada mista, empadão de frango, brócolis americano, arroz, feijão. Opção: carne.

5ª FEIRA: Tabule, frango em pedaços, berinjela gratinada, arroz, feijão. Opção: ovo.

6ª FEIRA: Salada mista, almôndegas, suflê de legumes, arroz, feijão. Opção: frango.

SEMANA DE 21/06/21 a 23/06/21 e 25/06/21

2ª FEIRA: Espinafre com ovos, macarrão com molho de tomate com carne, cenoura cozida, arroz, feijão. Opção: frango.

3ª FEIRA: Salada mista, filé de frango, batata doce corada no forno, arroz, feijão. Opção: carne.

4ª FEIRA: Seleta de legumes, frango empanado, purê de batata, arroz, feijão. Opção: ovo.

6ª FEIRA: Salada mista, jardineira de carne com legumes, arroz, feijão. Opção: frango.

SEMANA DE 28/06/21 a 02/07/21

2ª FEIRA: Seleta de legumes, filé de peixe, pirão, arroz, feijão. Opção: carne.

3ª FEIRA: Salada mista, carne assada, suflê de legumes, arroz, feijão. Opção: frango.

4ª FEIRA: Couve refogada, churrasco misto, farofa nutritiva, molho à campanha, batata doce corada, arroz, feijão.

5ª FEIRA: Salada mista, bife de panela, couve-flor gratinada, arroz, feijão. Opção: ovo.

6ª FEIRA: Salada mista, filé de frango, chuchu com molho branco, arroz, feijão. Opção: carne.

SOBREMESAS: Frutas da época.