

**CARDÁPIO-  
junho**

---

**SEMANA DE 06/6/22 a 10/6/22**

---

**2ª FEIRA:** salada mista, espaguete c/ molho de tomate ou branco, carne moída, brócolis, arroz, feijão. Opção: frango.

**3ª FEIRA:** salada de feijão fradinho, filé de frango, purê de inhame, espinafre refogado, arroz, feijão. Opção: carne.

**4ª FEIRA:** seleta de legumes, filé de peixe, pirão, agrião refogado, arroz, feijão. Opção: carne.

**5ª FEIRA:** mix de folhas, tomate e pepino, empadão de frango, couve-flor, arroz, feijão. Opção: ovo.

- Educação Infantil – Frango em cubos.

**6ª FEIRA:** tabule, carne picada com legumes, repolho refogado, arroz, feijão. Opção: frango.

---

**SEMANA DE 13/6/22 a 15/6/22**

---

**2ª FEIRA:** seleta de legumes carne picada, batata italiana, arroz, feijão. Opção: frango.

**3ª FEIRA:** mix de folhas, frango xadrez com legumes, couve refogada, arroz, feijão. Opção: ovo.

**4ª FEIRA:** salada de grão de bico, quibe de forno, purê de abóbora, arroz, feijão. Opção: frango.

---

**SEMANA DE 20/6/22 a 23/6/22**

---

**2ª FEIRA:** Mix de folhas e vagem, estrogonofe de carne, cenoura sauté, arroz, feijão. Opção: frango.

- Educação Infantil – Carne picada.

**3ª FEIRA:** salada mista, filé de frango, torta de legumes, arroz, feijão. Opção: carne.

**4ª FEIRA:** seleta de legumes, carne assada, suflê de milho, couve, arroz, feijão. Opção: ovo.

**5ª FEIRA:** salpicão de frango, panqueca de frango, berinjela, arroz, feijão. Opção: ovo.

---

**SEMANA DE 27/6/22 a 01/7/22**

---

**2ª FEIRA:** salada mista, jardineira de carne com legumes, arroz, feijão. Opção: frango.

**3ª FEIRA:** Mix de folhas, filé de peixe, purê de batata, agrião refogado, arroz, feijão. Opção: carne.

**4ª FEIRA:** salada mista, filé de frango, abobrinha, arroz, feijão. Opção: carne.

**5ª FEIRA:** mix de folhas, churrasco misto, batata doce corada ao forno, farofa nutritiva, molho à campanha, arroz, feijão.

**6ª FEIRA:** seleta de legumes, risoto de frango com ovos, cenoura sauté, arroz, feijão. Opção: ovo.

**Frutas:** da época