





CARDÁPIO EIC SETEMBRO/2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	6	7	8	9	10
Saladas			Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
Pratos Quentes	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	Arroz Arroz integral Feijão Caracolinho (massa) Legumes ao vapor	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Batata corada	Arroz Arroz integral Feijão Penne Purê de batata
			Coxa e sobre coxa assada Carne moída refogada com batatas Mignon suíno grelhado ao barbecue	Panqueca de carne Fricassê de frango	Isca de carne ao molho ferrugem Coxinha da asa assada Lombo suíno assado ao molho agridoce
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13	14	15	16	17
Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Lentilha	Arroz Arroz integral Feijão Penne Bolinho de arroz	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Purê de batata	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Legumes na manteiga	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Batata saltê
	Isca de Frango grelhado Carne moída refogada com legumes Mignon suíno ao molho barbecue	Coxa e sobrecoxa assada Bife à role	Almondegas de carne caseira (assada) Peixe a Dorê Linguicinha de pernil suíno assada	Carne assada de panela Frango grelhado	Panquecas de carne Coxinha da asa assada Lombinho suíno assado ao molho agridoce
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20	21	22	23	24
Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Molho sugo (caseiro)	Arroz Arroz integral Feijão Caracolinho (massa) Farofa Legumes ao bafo	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Creme de milho	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Purê batatas	Arroz Arroz integral Feijão Penne Polenta gratinada
	Carne moída refogada com legumes Coxinha da asa assada Bistequinha suína grelhada ao molho mostarda	Panqueca de carne Coxa e sobrecoxa assada	Frango à milanesa Carne assada de panela Lombo suíno ao molho agridoce	Almondegas de carne caseira (assada) Coxinha da asa assada	Fricassê de frango Bife grelhado Pernil suíno assado ao molho barbecue
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	27	28	29	30	01/10
Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Creme de milho	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Legumes na manteiga	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Canja	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Purê de batatas	Arroz Arroz integral Feijão Penne Ovo
	Carne assada de panela Mignon suíno ao molho barbecue Frango à milanesa	Isca de Carne ao molho ferrugem Coxa e sobrecoxa assada	Panquecas de carne Linguicinha de pernil suíno assada Fricassê de frango	Almondegas de carne caseira (assada) Frango grelhado	Lombo suíno assado ao molho agridoce Carne moída refogada com legumes Coxinha da asa assada

Obs.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião. Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango assada é sem pele e sem osso.

Atenção: Panquecas contém leite e ovos. Bolinho de arroz contém ovos. Fricassê de frango contém farinha e leite. Creme de milho contém leite.

Nutricionista: Grice Bordignon CRN 0571