

CARDÁPIO EIC JANEIRO 2022

	SEGUNDA 10/jan	TERÇA 11/jan	QUARTA 12/jan	QUINTA 13/jan	SEXTA 14/jan
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			Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
			Caracolinho (massa) Legumes ao vapor	Espaguete Farofa Batata corada	Penne Purê de batata
			Frango grelhado Linguicinha de pernil assada	Panqueca de carne Coxinha da asa assada	Frango a milanesa Lombo suíno assado ao molho agridoce
	SEGUNDA 17/jan	TERÇA 18/jan	QUARTA 19/jan	QUINTA 20/jan	SEXTA 21/jan
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	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Fusili (massa) Farofa Lentilha	Penne Bolinho de Arroz	Espaguete Farofa Purê de batata	Fusilli (massa) Legumes na manteiga	Espaguete Farofa Batata salte
	Isca de Frango grelhado Rocambole de carne moída	Coxa e sobrecoxa assada Bife grelhado	Peixe a Dorê Linguicinha de pernil assada	Carne assada de panela Frango grelhado	Coxinha da asa assada Panquecas de carne
	SEGUNDA 24/jan	TERÇA 25/jan	QUARTA 26/jan	QUINTA 27/jan	SEXTA 28/jan
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	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Penne Ovo	Caracolinho (massa) Farofa Legumes ao bafo	Espaguete Creme de milho	Fusilli (massa) Farofa Purê batatas	Penne Polenta gratinada
	Coxinha da asa assada Linguicinha de pernil assada	Panqueca de carne Peito de Frango grelhado	Frango à milanesa Rocamboles de carne moída recheado	Almondegas de carne caseira (assada) Coxinha da asa assada	Bife grelhado Fricassê de frango Linguicinha 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: Greice Bordignon CRN 0571