CARDÁPIO Ensino Fundamental e Médio EIC SETEMBRO 2023 SEGUNDA TERÇA QUARTA QUINTA SEXTA	cozidas gral
Saladas Mix de folhas verdes Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz integral Feijão Arroz integral Feijão Arroz integral Feijão Arroz integral Feijão Batata doce assada Farofa Legumes saute Carne moída refogada com batatas Carne de panela	cozidas gral
Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz Arroz integral Feijão Fuilli Batata doce assada Bife acebolado Carne moída refogada com batatas Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz integral Feijão Feijão Feijão Caracolino Espaguete Canja FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO Carne de panela	cozidas gral
Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz integral Arroz integral Feijão Feijão Feijão Feijão Espaguete Pratos Quentes Fusilli Caracolino Espaguete Batata doce assada Farofa Canja Legumes saute Bife acebolado Carne moída refogada com batatas Carne de panela Carne de panela Salada cruas e Cozidas Arroz integral Arroz integral Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Caracolino Espaguete Canja Service Feijão Feijã	gral
Pratos Quentes Arroz integral Arroz integral Feijão Feijão Fusilli Batata doce assada Bife acebolado Arroz integral Feijão Forijão Caracolino Espaguete Canja Canja FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FORMA SAPIRA CARROZ INTEGRA FEIJÃO FORMA SAPIRA CARROZ INTEGRA FEIJÃO FERIADO FERIADO FERIADO Caracolino Farofa Cova e sapira Cova e sapira Cova e sapira	
Pratos Quentes Feijão Feijão Feijão Feijão Batata doce assada Farofa Legumes saute Carne moída refogada com batatas Carne de panela Isca de carne a ferrugen	
Pratos Quentes Fusilli Batata doce assada Farofa Legumes saute Carne moída refogada com batatas Carne de panela FERIADO FERIADO FUSIlli Farofa Ovo cozic Isca de carne a ferrugen	10
Quentes Fusilii Caracolino Espaguete Batata doce assada Farofa Canja Legumes saute Carne moída refogada com batatas Carne de panela FERIADO Farofa Ovo cozic	10
Batata doce assada Farofa Canja Farofa Legumes saute Carne de panela	lo.
Bife acebolado Carne moída refogada com batatas Carne de panela Isca de carne a ferrugen Cara e sobre	10
Bire acepolado com batatas Carne de paneia ferrugen	4U
Com batatas : terrugen	o molho
Franco Grellado Estragonafa de franco Covinha da ara assada Coxa e sobre	า
grelhado grelhado	ג
SEGUNDA TERÇA QUARTA QUINTA SEXTA	
Saladas Mix de folhas verdes	
Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e	cozidas
Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz	
Arroz integral Arroz	ral
Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão	
Pratos Quentes Fusilli Espaguete Caracolino Espaguete Fusilli	
Farofa Creme de milho Farofa Batata corada Farofa	
Batata rústica com alecrim Purê de batata Legumes Sa	e etlk
Mini hamburguer ao forno Frango à milanesa Coxinha da asa assada Iscas de frango grelhadas Panqueca de	carne
_ , , , Carne moída refogada Almondegas caseiras _ , , , Coxa e sobre	соха
Estrogonofe de frango com legumes assadas Estrogonofe de carne grelhado	נ
BEN BRASIL SEGUNDA TERÇA QUARTA QUINTA SEXTA	
18/set 20/set 21/set 22/set 23/set	
Saladas Mix de folhas verdes	and an
Saladas Salada en use o caridas Salada en use o carida	
Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Salada cruas e	
Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz Arroz	cozidas
Salada cruas e cozidas e coz	cozidas
Salada cruas e cozidas e cozidas cruas e cozidas e co	cozidas gral
Salada cruas e cozidas e cozidas salada cruas e cozidas salada cruas e cozidas cruas e cozidas salada cruas e cozidas salada cruas e cozidas cruas e cozidas cru	cozidas gral
Salada cruas e cozidas cruas e c	cozidas gral
Salada cruas e cozidas cruas e cozidas salada cruas e cozidas cruas e cozidas salada cruas e cozidas salada cruas e cozidas salada cruas e cozidas salada cruas	cozidas gral no egumes
Salada cruas e cozidas e cozidas salada cruas e cozidas salada cruas	cozidas gral no egumes
Salada cruas e cozidas e co	cozidas gral no egumes efogada nes
Salada cruas e cozidas cruas e cozidas cruas e cozidas Salada cruas e cozidas	cozidas gral no egumes efogada nes
Salada cruas e cozidas care e cozidas care e cozidas salada cruas e cozidas salada salada cruas e cozidas salada e	cozidas gral no egumes efogada nes
Salada cruas e cozidas cruas e cozidas cruas e cozidas Salada cruas e cozidas cruas e cozidas cruas e cozidas Salada cruas e cozidas cruas e c	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê
Salada cruas e cozidas e cozidas e cozidas e cozidas salada cruas e cozidas e	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê
Salada cruas e cozidas	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê
Salada cruas e cozidas	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê
Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz integral Feijão Caracolino Bolinho de arroz Frango grelhado Frango grelhado Segunda Segunda Salada cruas e cozidas	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê
Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz integral Feijão Caracolino Bolinho de arroz Frango grelhado Frango grelhado Salada cruas e cozidas Arroz Arroz integral Feijão Feijão Feijão Feijão Caracolino Bolinho de arroz Farofa Purê de batata Frango grelhado Frango grelhado Coxinha da asa assada Frango à milanesa Frango à milanesa Bife acebolado Frango a milanesa Bife acebolado Frango à milanesa Bife acebolado Frango a milanesa Bife acebolado Frango à milanesa Frango à milanesa Frango à milanesa Bife acebolado Frango à milanesa	cozidas gral no egumes sfogada nes à dorê verdes cozidas
Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz Arroz integral Feijão Pratos Quentes Pratos Quentes Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz integral Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Franço integral Franço i	cozidas gral no egumes sfogada nes à dorê verdes cozidas
Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz integral Feijão França Salada cruas e cozidas Farofa Foijão Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Foisilli Espaguete Caracoliro Farofa Purê de batata Farofa Purê de batata Farofa	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê everdes cozidas
Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz integral Feijão Pratos Quentes Pratos Quentes Salada cruas e cozidas Arroz Arroz integral Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Feijão Franço integral Feijão Franço integral	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê everdes cozidas
Salada cruas e cozidas Salada cruas e cozidas Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz integral Feijão Feij	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê everdes cozidas gral no
Salada cruas e cozidas Arroz Bolinho de arroz Estrogonofe de carne Frango grelhado Coxinha da asa assada Estrogonofe de carne Frango grelhado Coxinha da asa assada Bife acebolado Bife acebolado Coxa e sobrecoxa grelhada Bife acebolado Panqueca de carne Bolinho de arroz Coxa e sobrecoxa grelhada Bife acebolado Panqueca de carne Bolinho sugo Coxa e sobrecoxa grelhada Bife acebolado Panqueca de carne Bolinho sugo Coxa e sobrecoxa grelhada Bife acebolado Panqueca de carne Bolinho sugo Coxa e sobrecoxa grelhada Bolinho s	cozidas gral no egumes efogada nes à dorê everdes cozidas gral no no

Informações Importantes

Obs1.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

Obs2.: O Cardápio poderá sofrer alteração ou substituição sem aviso prévio caso alguma das opções informadas não esteja disponível.

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 é **assada** e 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.

Cardápio elaborado e acompanhamento nutricional pela nutricionista Greice Bordignon CRN 0571