

## CARDÁPIO Ensino Fundamental e Médio EIC - FEVEREIRO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	05/fev	06/fev	07/fev	08/fev	09/fev
<b>Saladas</b>	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli	Arroz Arroz integral Feijão Caracolino	Arroz Arroz integral Feijão Espaguetti	Arroz Arroz integral Feijão Caracolino	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli
	Batata doce assada	Farofa <b>Legumes saltê</b>	Canja	Farofa <b>Creme de milho</b>	Ovo cozido
	Bife acebolado Frango grelhado	Carne moída refogada com batatas Estrogonoffe de frango	Carne de Panela Coxinha da asa assada	Frango à milanesa Panqueca de carne	Isclas de carne ao molho ferrugem Coxa e sobrecoxa grelhada
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	12/fev	13/fev	14/fev	15/fev	16/fev
<b>Saladas</b>				Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas
<b>Pratos Quentes</b>	<b>Recesso</b>	<b>Feriado</b>	<b>Recesso</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
				Espaguete Batata corada	Fusilli Farofa Legumes Saltê
				Isca de frango grelhada Estrogonoffe de carne	Panqueca de carne Coxa e sobrecoxa grelhada
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	19/fev	20/fev	21/fev	22/fev	23/fev
<b>Saladas</b>	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão Caracolino	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete	Arroz Arroz integral Feijão Caracolino
	Bolinho de Arroz	Farofa Purê de batata	Creme de milho	Farofa Molho sugo	Panache de legumes
	Estrogonofe de carne Frango grelhado	Almôndegas caseiras ao sugo Coxinha da asa assada	Frango à milanesa Bife acebolado	Coxa e Sobrecoxa grelhada Panqueca de carne	Carne moída refogada com legumes Isclas de peixe à dorê
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	26/fev	27/fev	28/fev	29/fev	01/mar
<b>Saladas</b>	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Saladas cruas e cozidas
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli	Arroz Arroz integral Feijão Caracolino	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete	Arroz Arroz integral Feijão Caracolino
	Farofa Polenta	Batata Saltê	Farofa Ovo cozido	Purê de batatas	Farofa Creme de milho
	Carne de panela Isclas de frango grelhadas	Panquecas de carne Estrogonoffe de frango	Mini hambúrguer ao forno Coxa e sobrecoxa grelhada	Bife acebolado Coxinha da asa assada	Frango à milanesa Estrogonoffe de carne

### 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