

CARDÁPIO Ensino Fundamental e Médio EIC - ABRIL 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/abr	02/abr	03/abr	04/abr	05/abr
Saladas	Mix de folhas verdes Salada cruas e cozidas	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 Batata Corada Coxa e sobrecoxa grelhada Estrogonofe de carne	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Ovo cozido Linguíça de pernil assada Isclas de frango grelhadas	Arroz Arroz integral Feijão Caracolino Farofa Creme de milho Frango à milanesa Isclas de carne ao molho ferrugem	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Legumes na manteiga Coxinha da asa assada Panqueca de carne	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Canja Filé de frango grelhado Mini hambúrguer caseiro
	08/abr	09/abr	10/abr	11/abr	12/abr
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 Legumes sauté Carne moída refogada com batatas Coxinha da asa assada	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Batata rústica Estrogonofe de carne Filé de frango grelhado	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Canja Panqueca de carne Coxa e sobrecoxa grelhada	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Purê de batata Linguíça de pernil assada Filé de Tilapia à dorê	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Batata doce Bife acebolado Estrogonofe de frango
	15/abr	16/abr	17/abr	18/abr	19/abr
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 Canja Carne de panela Isclas de frango grelhado	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Bolinho de arroz Isclas de carne ao molho ferrugem Coxinha da asa assada	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Purê de batata Almôndegas ao sugo Estrogonofe de frango	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Legumes Saltê Coxa e sobrecoxa grelhada Carne moída refogada	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Creme de milho Frango à milanesa Panqueca de carne
	22/abr	23/abr	24/abr	25/abr	26/abr
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 Polenta Linguíça de pernil assada Coxinha da asa assada	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Panache de legumes Filé de Tilapia à dorê Panqueca de carne	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Bolinho de arroz Coxa e sobrecoxa Carne de panela	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Creme de milho Frango à milanesa Bife acebolado	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Ovo cozido Carne moída refogada Filé de frango grelhado
	29/abr	30/abr	01/mai	02/mai	03/mai
Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	FERIADO	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Batata doce assada Frango grelhado Estrogonofe de carne	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Purê de batata Almondegas caseira assada Coxinha da asa assada		Arroz Arroz integral Feijão Caracolino Canja Carne de panela Isclas de frango grelhada	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Batata corada Mini Hamburguinho caseiro Estrogonofe de frango

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