

## CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - ABRIL 2025

	SEGUNDA FEIRA 31	TERÇA FEIRA 1	QUARTA FEIRA 2	QUINTA FEIRA 3	SEXTA FEIRA 4 Festival das Massas
<b>SALADAS</b>	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Repolho branco Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Couve e cenoura Brócolis	Saladas de folhas Tomate Pepino Beterraba ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Salada de massa
<b>ARROZ E FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
<b>MASSAS</b>	Fuzilli	Espaguete	Penne	Caracolino	Espaguete
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Brócolis e couve flor refogados	Farofa com crótons Abóbora salteada	Purê de batata	Farofa Polenta palito	Canelone de frios Nhoque
<b>CARNES</b>	Carne assada recheada	Filé mignon suíno assado	Fricassê de frango	Filé à parmegiana (forno)	Carne à bolonhesa
	File de frango grelhado	Carne de panela com legumes	Almôndegas assadas	Coxinha da asa assada com mostarda	Coxa e sobrecoxa assada crocante



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - ABRIL 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	7	8	9	10	11
<b>SALADAS</b>	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Sunomomo	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Brócolis Vagem	Saladas de folhas Tomate Pepino Broto de feijão	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu
<b>ARROZ E FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz à grega Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
<b>MASSAS</b>	Espaguete	Caracolino	Penne	Espaguete	Fusilli
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Farofa Seleta de legumes	Farofa crocante Ovo cozido	Farofa colorida Pirão	Canja	Farofa Brócolis e cenoura salteados
<b>CARNES</b>	File de frango à dorê (forno)	Panqueca de frango	Filé de peixe à milanesa	Coxa e sobrecoxa assada com creme de cebola	Coxinha da asa assada
	Carne refogada com molho sugo	Iscas de carne com molho madeira	Mini hamburguer caseiro assado	Bife acebolado	Yakisoba de carne



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - ABRIL 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	14	15	16	17	18
<b>SALADAS</b>	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	2 Saladas de folhas Tomate Repolho branco Cenoura cozida	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada Beterraba cozida	Recesso	Feriado
<b>ARROZ E FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto		
<b>MASSAS</b>	Caracolino	Fuzilli	Espaguete		
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Farofa Batata corada	Farofa Purê de batata	Farofa Jardineira de legumes		
<b>CARNES</b>	Coxa e sobrecoxa assada	Almôndegas caseira assada	Panqueca de carne		
	Estrogonofe de carne	File de frango grelhado	Coxinha da asa assada		



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - ABRIL 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	21	22	23	24	25
<b>SALADAS</b>	Feriado	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Ervilha	Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Abobora Couve flor
<b>ARROZ E FEIJÃO</b>		Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz à grega Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão carioca
<b>MASSAS</b>		Fusilli	Espaguete	Caracolino	Espaguete
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>		Farofa Polenta cremosa	Farofa com legumes Batata doce	Bolinho de arroz assado	Farofa Canja
<b>CARNES</b>		Carne de panela	Lombo suíno ao molho laranja	Bife ao molho madeira	Hamburguer caseiro assado
		Sobrecoxa assada	Carne à bolonhesa	Coxinha da asa assada	Frango grelhado



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - ABRIL 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	28	29	31	1	2
<b>SALADAS</b>	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Milho	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Couve flor Cenoura ralada	Feriado	Saladas de folhas Tomate Brócolis Couve flor
<b>ARROZ E FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto		Arroz Arroz integral Feijão preto
<b>MASSAS</b>	Espaguete	Fusilli	Espaguete		Espaguete
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Batata rustica	Legumes na manteiga	Creme de milho Farofa		Purê de batata Farofa
<b>CARNES</b>	Estrogonofe de frango	Panqueca de frango	Filé de frango à dorê (forno)		Almôndegas de carne assada
	Carne e linguiça assadas	Carne à bolonesa	Bife acebolado		File de frango grelhado



## **ATENÇÃO INTOLERANTES OU ALÉRGICOS:**

Preparações com leite: panqueca, estrogonofe, fricassê, creme de milho, purê de batata, canelone de frios.

Preparações com ovos: panqueca, bolinho de arroz.

Preparações com trigo: frango à milanesa, file de peixe, bife à parmegiana, panqueca, almôndegas, hambúrguer, pirão.

## **CONSIDERAÇÕES**

Informamos que o cardápio poderá passar por pequenas modificações devido à disponibilidade dos gêneros alimentícios.

Utilizamos os seguintes folhosos: alface americana, alface crespa e lisa, rúcula e agrião.

As Saladas cruas e cozidas variam: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho, brócolis, couve flor, repolho.

Os Legumes servidos são: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, chuchu, abóbora, berinjela, vagem.

As preparações com frango são sem pele e sem osso, exceto coxinha da asa.

Nutricionista GREICE BORDIGNON - CRN 10 / 0571