

**CARDÁPIO SEMANAL**  
**UNIDADE: URCA**  
**MÊS: DEZEMBRO 2016**

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	5-dez	ALMOÇO	Costela bovina ao molho de macaxeira(40%)	Iscas de frango aceboladas (60%)	Baião de Dois		Pirão - Cuscuz	Acelga, tomate, cenoura, milho e abacaxi	DOCE/ MELANCIA
		JANTAR	Peito de frango ao molho mostarda(60%)	Bisteca ao molho barbecue(40%)	Arroz branco	Feijão	Purê misto - Farofa	Repolho verde, repolho roxo, alface, tomate e maçã	DOCE/ABACAXI
TER	6-dez	ALMOÇO	Iscas á chinesa(50%)	Frango ao forno(50%)	Arroz com ervilha	Feijão	Farofa- Macarrão	Alface, beterraba, cenoura, tomate e azeitonas	DOCE/BANANA
		JANTAR	Bife á parmegiana(50%)	Vatapá de frango(50%)	Arroz branco	Feijão	Paçoca - Macarrão	Acelga, alface, tomate, cenoura e maça	DOCE/MELÃO
QUA	7-dez	ALMOÇO	Feijoada (40%)	Peito de frango ao molho branco(60%)	Arroz com milho	Feijão	Batata doce - Farofa	Alface,tomate, pepino e cenoura	DOCE/MAÇÃ
		JANTAR	Carne de sol desfiada acebolada(50%)	Estrogonofe de frango(50%)	Arroz branco	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Alface, cenoura, cebola, beterraba e tomate	DOCE/MAMÃO
QUI	8-dez	ALMOÇO	Trinchado ao molho (50%)	Iscas de frango à milanesa(50%)	Arroz Branco	Feijão	Macarrão - Farofa	Acelga, cenoura, tomate e abacaxi	DOCE/LARANJA
		JANTAR	Frango xadrex(50%)	Churrasco misto(50%)	Baião de Dois		Purê macaxeira - Macarrão	Alface, repolho roxo, cenoura, tomate e azeitonas	DOCE/MAÇÃ
SEX	9-dez	ALMOÇO	Filé Peixe à doré (50%)	Bife ao molho(50%)	Arroz com passas	Feijão	Macarrão - Farofa	Salada de maionese	DOCE/MAMÃO
		JANTAR	Carne de panela com legumes(60%)	Bife suíno (40%)	Arroz	Feijão	Cuscuz - Macarrão	cenoura, beterraba, cebola, alface, pepino e melão	DOCE/BANANA

**CARDÁPIO SEMANAL**  
**UNIDADE: URCA**  
**MÊS: DEZEMBRO 2016**

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	12-dez	ALMOÇO	Bife ao molho escuro(50%)	Linguica de frango ao vinagrete (50%)	Arroz com ervilha	Feijão	Chuchu ao molho-farofa	Alface, Cenoura, repolho, Pepino, tomate e passas	DOCE/MAÇÃ
		JANTAR	Lasanha de frango(50%)	Cubos de carne com abóbora(50%)	Arroz com passas	Feijão	Batata doce - Cuscuz	Acelga, beterraba, pimentão e tomate e abacaxi	DOCE/MELANCI A
TER	13-dez	ALMOÇO	Filé de frango na chapa(60%)	Carne moída com legumes(40%)	Arroz Branco	Feijão	Macarrão - cuscuz	Acelga, alface, cenoura, tomate e manga	DOCE/ ABACAXI
		JANTAR	Cupim ao molho vermelho(50%)	Frango à passarinho(50%)	Baião de dois		Purê de abóbora - Farofa	Alface, tomate, beterraba, repolho e pimentão	DOCE/ BANANA
QUA	14-dez	ALMOÇO	Lagarto recheado ao molho (60%)	Bisteca acebolada(40%)	Arroz com ervilha	Feijão	Macarrão - Farofa de banana	Vinagrete	DOCE/ MELÃO
		JANTAR	Cubos de frango acebolado(50%)	Panqueca de carne ao molho rosé(50%)	Arroz com milho	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Repolho verde, repolho roxo, alface, tomate e maçã	DOCE/MAMÃO
QUI	15-dez	ALMOÇO	Feijoada(50%)	Frango crocante(50%)	Arroz Branco	Feijão	Beterraba- Farofa branca	Alface, cenoura, cebola, tomate e cheiro verde	DOCE/LARANJA
		JANTAR	Filé de peixe frito(40%)	Bife ao molho de legumes(60%)	Arroz com batata palha	Feijão	Macarrão - Farofa	Alface, beterraba, cenoura, tomate e cheiro verde	DOCE/MAÇÃ
SEX	16-dez	ALMOÇO	Filé de peixe frito(50%)	Trinchado ao molho(50%)	Baião de dois		Purê de batatas - Cuscuz	Alface, acelga, repolho verde, cenoura, e maçã	DOCE/BANANA
		JANTAR	Fricassé de frango(50%)	Carne de sol desfiada acebolada(50%)	Arroz	Feijão	Macarrão - Farofa	Alface, acelga, tomate, cenoura, melão	DOCE/ ABACAXI

**CARDÁPIO SEMANAL**  
**UNIDADE: URCA**  
**MÊS: DEZEMBRO 2016**

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	19-dez	ALMOÇO	Estrogonofe de carne(50%)	Frango assado ao molho de alecrim(50%)	Arroz branco	Feijão	Macarrão - Cuscuz	Alface, acelga, repolho, tomate e cenoura	DOCE/MELANCI A
		JANTAR	Pernil suíno ao forno(40%)	Bife ao molho madeira(60%)	Arroz com molho	Feijão	Abóbora - Farofa	Alface, acelga, beterraba, repolho roxo, tomate e abacaxi	DOCE/MAÇÃ
TER	20-dez	ALMOÇO	Cubos de frango com legumes(50%)	Churrasco misto(50%)	Arroz com cenoura	Feijão	Macarrão - Farofa dourada	Alface, tomate, pepino, cebola e maçã	DOCE/BANANA
		JANTAR	Peito de frango ao molho(50%)	Panqueca de carne(50%)	Arroz branco	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Acelga, alface, tomaz e pepino	DOCE/MELÃO
QUA	21-dez	ALMOÇO	Picado Nordestino(50%)	Peito de frango ao molho de laranja(50%)	Arroz com milho	Feijão	Macarrão - Cuscuz	Pepino, alface, tomate, cenoura e beterraba	DOCE/ABACAXI
		JANTAR	Bife bovino ao molho mostarda(50%)	Isclas de frango à milanesa (50%)	Arroz à grega	Feijão	Farofa - Macarrão	Acelga,epolho tomate, alface e azeitona	DOCE/MAÇÃ
QUI	22-dez	ALMOÇO	Feijoada(50%)	Frango assado com batatas (50%)	Arroz Branco	Feijão	Batatas ao forno - Farofa branca	Acelga, repolho tomate, alface e azeitona	DOCE/LARANJA
		JANTAR	Torta de frango com batatas(60%)	Bife suíno ao molho de limão(40%)	Arroz com batata palha	Feijão	Macarrão - Farofa	Repolho roxo, repolho verde, alface e tomate	DOCE/MELANCI A
SEX	23-dez	ALMOÇO	Coxa de peru (50%)	Lagarto Recheado (50%)	Arroz á grega	Feijão	Salpicão - Farofa natalina	Alface, cenoura, tomate e pimentão	DOCE/MAÇÃ
		JANTAR	Pernil ao forno(50%)	Lagarto ao molho(50%)	Arroz branco	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Alface, tomate, pepino, cebola e cheiro verde	DOCE/BANANA