

CARDÁPIO SEMANAL
UNIDADE: URCA
MÊS: FEVEREIRO 2017

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	30-jan	ALMOÇO	Bife ao molho madeira(50%)	Isclas de frango aceboladas (50%)	Baião de Dois		Purê misto - 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	Macarrão - Farofa	Repolho verde, repolho roxo, alface, tomate e maçã	DOCE/ABACAXI
TER	31-jan	ALMOÇO	Isclas 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%)	Baião de Dois		Paçoca - Purê de abóbora	Acelga, alface, tomate, cenoura e maçã	DOCE/MELÃO
QUA	1-fev	ALMOÇO	Feijoada (50%)	Peito de frango ao molho branco(50%)	Arroz com milho	Feijão	Macaxeira - Farofa	Vinagrete	DOCE/LARANJA
		JANTAR	Carne de sol desfiada acebolada(50%)	Strogonoff de frango(50%)	Arroz branco	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Alface, cenoura, cebola, beterraba e tomate	DOCE/MAMÃO
QUI	2-fev	ALMOÇO	Trinchado ao molho(50%)	Isclas de frango à milanesa(50%)	Arroz Branco	Feijão	Macarrão - Farofa	Acelga, cenoura, tomate e abacaxi	DOCE/MELANCIA
		JANTAR	Frango xadrex(50%)	Churrasco misto(50%)	Arroz com milho	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Alface, repolho roxo, cenoura, tomate e azeitonas	DOCE/MAÇÃ
SEX	3-fev	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	Farofa - Macarrão	cenoura, beterraba, cebola, alface, pepino e melão	DOCE/BANANA

CARDÁPIO SEMANAL
UNIDADE: URCA
MÊS: FEVEREIRO 2017

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	6-fev	ALMOÇO	Bife ao molho escuro(50%)	Linguica de frango ao vinagrete (50%)	Arroz com ervilha	Feijão	Macarrão - Farofa branca	Alface, Cenoura, repolho, Pepino, tomate e passas	DOCE/MAÇÃ
		JANTAR	Lasanha de frango(50%)	Cubos de carne com abóbora(50%)	Arroz com passas	Feijão	Chuchu ao molho branco - Cuscuz	Acelga, beterraba, pimentão e tomate e abacaxi	DOCE/MELANCI A
TER	7-fev	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%)	Filé de peixe frito com batatas (50%)	Baião de dois		Purê de batatas - Farofa	Alface, tomate, beterraba, repolho e pimentão	DOCE/ BANANA
QUA	8-fev	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	Farofa - Macarrão	Repolho verde, repolho roxo, alface, tomate e maçã	DOCE/MAMÃO
QUI	9-fev	ALMOÇO	Feijoada(50%)	Frango crocante(50%)	Arroz Branco	Feijão	Batata doce- Farofa branca	Alface, cenoura, cebola, tomate e cheiro verde	DOCE/LARANJA
		JANTAR	Frango à passarinho (50%)	Bife ao molho de legumes(50%)	Arroz com batata palha	Feijão	Macarrão - Farofa	Alface, beterraba, cenoura, tomte e cheiro verde	DOCE/MAÇÃ
SEX	10-fev	ALMOÇO	Filé de peixe frito(50%)	Trinchado ao molho(50%)	Baião de dois		Purê de macaxeira - 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/ TANGERINA

CARDÁPIO SEMANAL
UNIDADE: URCA
MÊS: FEVEREIRO 2017

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	13-fev	ALMOÇO	Strogonoff de carne(50%)	Frango assado ao molho de alicrim(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%)	Baião de dois		Abóbora ao forno - farofa	Alface, acelga, beterraba, repolho roxo, tomate e abacaxi	DOCE/MAÇÃ
TER	14-fev	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	Vinagrete	DOCE/MELÃO
QUA	15-fev	ALMOÇO	Feijoada (50%)	Peito de frango ao molho de laranja(50%)	Arroz com milho	Feijão	Beterraba - Farofa	Pepino, alface, tomate, cenoura e beterraba	DOCE/LARANJA
		JANTAR	Bife bovino ao molho mostarda(50%)	Iscas de frango à milanesa (50%)	Arroz à grega	Feijão	Farofa - Macarrão	Acelga,epolho tomate, alface e azeitona	DOCE/MAÇÃ
QUI	16-fev	ALMOÇO	Picado Nordestino(50%)	Frango assado com batatas (50%)	Arroz Branco	Feijão	Macarrão - Cuscuz	Acelga, repolho tomate, alface e azeitona	DOCE/ABACAXI
		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	17-fev	ALMOÇO	Peixe frito(50%)	Carne de panela com legumes(50%)	Baião de dois		Purê de macaxeira - Farofa colorida	Alface, cenoura, tomate e pimentão	DOCE/BANANA
		JANTAR	Lasanha de carne(50%)	Peito de frango ao molho branco(50%)	Arroz branco	Feijão	Cuscuz - Legumes sauté	Alface, tomate, pepino, cebola e cheiro verde	DOCE/ABACAXI

CARDÁPIO SEMANAL
UNIDADE: URCA
MÊS: FEVEREIRO 2017

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	20-fev	ALMOÇO	Peito de frango ao molho rosé(50%)	Strogonoff de carne(50%)	Arroz com Cenoura	Feijão	Macarrão - Farofa	Acelga, Alface, Cenoura, Laranja e Passas	DOCE/ MELÃO
		JANTAR	Carne moída com legumes (60%)	Lombinho suíno(40%)	Arroz branco	Feijão	Macarrão - Cuscuz	Repolho, beterraba, pepino, alface e tomate	DOCE/ MAMÃO
TER	21-fev	ALMOÇO	Frango ao forno(50%)	Bife ao molho madeira(50%)	Baião de dois		Purê de batatas - Macarrão	Alface, cenoura, tomate, pepino e passas	DOCE/ MELANCIA
		JANTAR	Bife bovino ao molho de legumes(60%)	Filé de peixe frito(40%)	Arroz com ervilha	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Vinagrete	DOCE/BANANA
QUA	22-fev	ALMOÇO	Lagarto ao molho de azeitona(50%)	Vatapá de frango(50%)	Arroz branco	Feijão	Macarrão - Paçoca	Alface, repolho, tomate, Manga e Hortelã	DOCE/ MAÇÃ
		JANTAR	Escondidinho de carne de sol(50%)	Iscas de frango gratinadas(50%)	Arroz com milho	Feijão	Farofa - Macarrão	Repolho roxo, alface, cenoura, pepino, tomate e limão	DOCE/ABACAXI
QUI	23-fev	ALMOÇO	Feijoada(50%)	Frango crocante(50%)	Arroz Branco	Feijão	Macarrão - Farofa de cenoura	Acelga, alface, tomate e beterraba	DOCE/ LARANJA
		JANTAR	Cupim ao molho(50%)	Filé de frango na chapa (50%)	Baião de dois		Purê de abóbora- Macarrão	Cenoura, alface, repolho, tomate, melancia,	DOCE/MAMÃO
SEX	24-fev	ALMOÇO	Filé de peixe frito(50%)	Bife bovino ao molho(50%)	Arroz com batata palha	Feijão	Batata doce - Cuscuz	Acelga, tomate, Cenoura, beterraba, Laranja e Passas	DOCE/ MELÃO
		JANTAR	Peito de frango na chapa com batatas(50%)	Iscas de carne ao molho ferrugem(50%)	Arroz com cenoura	Feijão	Farofa - Macarrão	Beterraba, alface, cenoura, manga e tommate	DOCE/ MELANCIA

CARDÁPIO SEMANAL
UNIDADE: URCA
MÊS: FEVEREIRO 2017

DIA	DATA	REFEIÇÃO	PRATO PROTÉICO	OPÇÃO PROTÉICA	ACOMP 1	ACOMP 2	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA
SEG	27-fev	ALMOÇO	Costela suína(40%)	Fricassé de frango(60%)	Arroz com ervilha	Feijão	Macarrão - Paçoca	Repolho, alface, acelga, cenoura e tomate	DOCE/ ABACAXI
		JANTAR	Peito de frango ao molho(50%)	Bife ao molho napolitano(40%)	Arroz com milho	Feijão	Cuscuz - Macarrão	Alface, acelga,beterraba, tomate e melancia	DOCE/MAÇÃ
TER	28-fev	ALMOÇO	Coxa e sobrecoxas assadas (50%)	iscas bovinas a chinesa(50%)	Baião de dois		Cuscuz - Purê de abóbora	Alface, tomate, pepino e passas	DOCE/ BANANA
		JANTAR	Carne de panela(60%)	Bife suíno(40%)	Arroz com batata palha	Feijão	Farofa - Macarrão	Repolho, alface, acelga, cenoura, beterraba e tomate	DOCE/ TANGERINA
QUA	1-mar	ALMOÇO	Feijoada (50%)	Peito de frango na chapa ao molho (50%)	Arroz com cenoura	Feijão	Macaxeira - Farofa	Alface, tomate, Manga e Hortelã	DOCE/LARANJA
		JANTAR	Carne de panela com legumes (50%)	Panqueca de frango (50%)	Arroz branco	Feijão	Macarrão - Cuscuz	Repolho roxo, alface, tomate, pepino e cebola	DOCE/MELANCI A
QUI	2-mar	ALMOÇO	Strogonoff de carne (50%)	Frango ao forno(50%)	Arroz Branco	Feijão	Farofa - Macarrão	Acelga, alface, tomate, beterraba e manga	DOCE/MELÃO
		JANTAR	Filé de peito de frango ao molho(50%)	Picado nordestino com legumes(50%)	Baião de dois		Purê de batatas - Cuscuz	Alface, tomate, pepino, cebola e abacaxi	DOCE/ABACAXI
SEX	3-mar	ALMOÇO	Filé de peixe frito(50%)	Iscas bovinas ao molho de azeitonas(50%)	Arroz com passas	Feijão	Macarrão - Cuscuz	Vinagrete	DOCE/BANANA
		JANTAR	Lasanha de frango (50%)	Lagarto recheado(50%)	Arroz branco	Feijão	Batata doce - Paçoca	Repolho roxo, Repolho verde, alface, tomate, pepino e cebola	DOCE/MELÃO