

# CARDÁPIO DE AGOSTO - ALMOÇO



**Cila Omine**  
**Nutricionista**  
**Nutricionista**  
**CRN3 5440**

## Quarta 01

Arroz e Feijão  
 Iscas de Frango  
 Cenoura c/ Milho no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quinta 02

Parafuso ao sugo  
 Picadinho de Carne  
 Chuchu refogado  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 03

Arroz e Feijão Preto  
 Ovo estrelado  
 Abóbora no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Segunda 06

Arroz e Feijão  
 Hambúrguer de Carne assado  
 Purê de Mandioquinha  
 Salada  
 Gelatina e Suco

## Terça 07

Arroz e Feijão  
 Frango assado  
 Abobrinha no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quarta 08

Arroz e Feijão Preto  
 Carne assada c/ Molho  
 Batata Rústica  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quinta 09

Arroz e Feijão  
 Torta de Frango c/ Aveia  
 Espinafre refogado  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 10

Espaguete ao sugo  
 Carne moída  
 Couve-flor no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Segunda 13

Arroz e Feijão  
 Filé de Sobrecoxa  
 Brócolis no vapor  
 Salada  
 Gelatina e Suco

## Terça 14

Arroz e Feijão  
 Iscas de Carne  
 Repolho Cremoso  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quarta 15

Gravatinha ao sugo  
 Filé de Frango  
 Beterraba no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quinta 16

Arroz e Feijão Preto  
 Bife grelhado  
 Cenoura ondulada  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 17

Arroz  
 Strogonoff de Frango  
 Batata Cozida  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Segunda 20

Arroz e Feijão  
 Kibe assado  
 Purê de Batata  
 Salada  
 Gelatina e Suco

## Terça 21

Arroz e Feijão  
 Frango à Chinesa  
 (c/ Brócolis e Cenoura)  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quarta 22

Arroz e Feijão Preto  
 Carne desfiada  
 Farofa de Banana  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quinta 23

Caracolino ao Sugo  
 Picadinho de Frango  
 Jardineira de Legumes  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 24

Arroz e Feijão  
 Filé de Peixe assado  
 Creme de milho  
 Salada  
 Fruta e Suco

**Segunda 27**

Arroz e Feijão  
Frango assado  
Polenta Cremosa  
Salada  
Gelatina e Suco

**Terça 28**

Arroz e Feijão  
Isclas de Carne  
Vagem c/ Milho no vapor  
Salada  
Fruta e Suco

**Quarta 29**

Arroz e Feijão  
Filé de Frango à Pizzaiolo  
Acelga refogada c/ Cenoura  
Salada  
Fruta e Suco

**Quinta 30**

Arroz e Feijão Preto  
Filé Mignon Suíno  
Batata Corada  
Salada  
Fruta e Suco

**Sexta 31**

Espaguete ao sugo  
Bolinho de Carne recheado c/ ovo  
Ervilhas no vapor  
Salada  
Fruta e Suco



# CARDÁPIO DE AGOSTO - JANTAR

**Cila Omine**  
**Nutricionista**  
**Nutricionista**  
**CRN3 5440**



**Quarta 01**

Sopa Creme de Couve-flor  
com Inham e Músculo

**Quinta 02**

Sopa de Feijão com  
Cará e Legumes

**Sexta 03**

Canja  
(Arroz, Batata,  
Frango e Cenoura)

**Segunda 06**

Sopinha de Aveia com  
Inham, Cenoura  
e Frango

**Terça 07**

Sopa Creme de Batata doce  
com Couve Manteiga e Carne

**Quarta 08**

Sopa Creme de Milho  
com Batata e Frango

**Quinta 09**

Sopa Creme de Ervilha  
com Batata e Carne

**Sexta 10**

Sopa de Feijão com  
Mandioca e Legumes

**Quinta 16**

**Sexta 17**

<b>Segunda 13</b>	<b>Terça 14</b>	<b>Quarta 15</b>		
Sopa Creme de Abóbora com Mandioca e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa Creme de Cebola com Batata e Carne	Sopa de Feijão com Inhame e Legumes	Caldo Verde (Batata, Brócolis, Espinafre e Carne)
<b>Segunda 20</b>	<b>Terça 21</b>	<b>Quarta 22</b>	<b>Quinta 23</b>	<b>Sexta 24</b>
Sopa de Fubá com Couve manteiga e Frango	Sopa Creme de Mandioquinha com Músculo	Sopa de Feijão com Cará e Legumes	Sopa Creme de Couve-flor com Batata e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)
<b>Segunda 27</b>	<b>Terça 28</b>	<b>Quarta 29</b>	<b>Quinta 30</b>	<b>Sexta 31</b>
Sopa de Grão de Bico com Batata, Cenoura, Repolho e Carne	Sopa de Feijão com Mandioca e Legumes	Sopa Creme de Palmito com Batata e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão Branco com Mandioquinha e Legumes

# CARDÁPIO DE AGOSTO - PAPINHA

**Cila Omine**  
**Nutricionista**  
**Nutricionista**  
**CRN3 5440**



## Quarta 01

Batata  
 Abobrinha  
 Couve manteiga  
 Frango  
 Caldo de Lentilha

## Quinta 02

Arroz  
 Abóbora  
 Repolho  
 Carne  
 Caldo de Feijão Branco

## Sexta 03

Mandioca  
 Beterraba  
 Chicória  
 Gema de ovo  
 Caldo de Ervilha

## Segunda 06

Macarrão  
 Chuchu  
 Brócolis  
 Frango  
 Caldo de Feijão

## Terça 07

Inhame  
 Cenoura  
 Espinafre  
 Carne  
 Caldo de Lentilha

## Quarta 08

Cará  
 Abóbora  
 Agrião  
 Gema de ovo  
 Caldo de Grão de Bico

## Quinta 09

Mandioquinha  
 Beterraba  
 Acelga  
 Frango  
 Caldo de Feijão

## Sexta 10

Batata doce  
 Abobrinha  
 Escarola  
 Carne  
 Caldo de Ervilha

## Segunda 13

Macarrão  
 Cenoura  
 Couve-flor  
 Carne  
 Caldo de Lentilha

## Terça 14

Arroz  
 Chuchu  
 Rúcula  
 Gema de ovo  
 Caldo de Feijão

## Quarta 15

Inhame  
 Beterraba  
 Repolho  
 Frango  
 Caldo de Ervilha

## Quinta 16

Batata  
 Abobrinha  
 Couve manteiga  
 Carne  
 Caldo de Feijão Branco

## Sexta 17

Mandioca  
 Abóbora  
 Almeirão  
 Frango  
 Caldo de Feijão

## Segunda 20

Macarrão  
 Chuchu  
 Brócolis  
 Carne  
 Caldo de Ervilha

## Terça 21

Cará  
 Cenoura  
 Chicória  
 Frango  
 Caldo de Grão de Bico

## Quarta 22

Mandioquinha  
 Abóbora  
 Espinafre  
 Gema de ovo  
 Caldo de Feijão

## Quinta 23

Batata doce  
 Abobrinha  
 Agrião  
 Carne  
 Caldo de Lentilha

## Sexta 24

Inhame  
 Beterraba  
 Acelga  
 Frango  
 Caldo de Feijão

Segunda 27

Terça 28

Quarta 29

Quinta 30

Sexta 31

Macarrão  
Cenoura  
Couve-flor  
Frango  
Caldo de Lentilha

Batata  
Chuchu  
Escarola  
Carne  
Caldo de Feijão

Arroz  
Abobrinha  
Rúcula  
Frango  
Caldo de Ervilha

Cará  
Beterraba  
Repolho  
Gema de ovo  
Caldo de Feijão Branco

Mandioca  
Abóbora  
Couve manteiga  
Carne  
Caldo de Feijão



# CARDÁPIO DE LANCHES - AGOSTO

Segunda 01

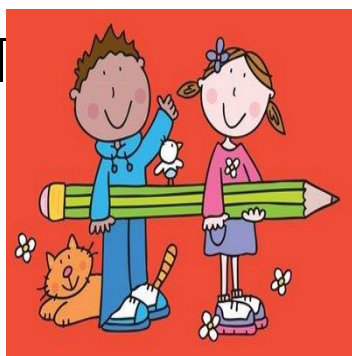
Terça 02

Quarta 01

Quinta 02

Sexta 03

Cila Omine  
Nutricionista  
CRN3 5440



Lanche manhã

Pão Sovado c/  
Requeijão  
Suco

Lanche tarde

Pão de Milho c/  
Patê de Cenoura  
Suco

Lanche manhã

Bolo  
Caseiro  
Suco

Lanche tarde

Pão Egg c/  
Queijo Branco  
Suco

Lanche manhã

Pão de Forma integral  
c/ Peito de Peru  
Suco

Lanche tarde

Pãozinho de Leite c/  
Cream Cheese  
Suco

Segunda 06

Terça 07

Quarta 08

Quinta 09

Sexta 10

Lanche manhã

Biscoito de Arroz Integral  
c/Requeijão  
Suco

Lanche manhã

Pão Sírio c/  
Queijo  
Suco

Lanche manhã

Pão de Milho c/  
Cream Cheese  
Suco

Lanche manhã

Mini Brioche integral c/  
Manteiga  
Suco

Lanche manhã

Pão Egg c/  
Requeijão  
Suco

<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>
Pão de Batata c/ Requeijão Suco	Pão Sovado c/ Manteiga Suco	Bolo Caseiro Leite Fermentado	Pão de Côco c/ Queijo Suco	Pão Francês c/ Cream Cheese Suco
<b>Segunda 13</b>	<b>Terça 14</b>	<b>Quarta 15</b>	<b>Quinta 16</b>	<b>Sexta 17</b>
<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>
Torrada integral c/ Cream Cheese Suco	Pão de Coco c/ Manteiga Suco	Pão Sovado c/ Queijo Suco	Pão de Forma integral c/ Requeijão Suco	Bolo Caseiro Achocolatado
<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>
Esfiha de Carne Suco	Bisnaguinha c/ Requeijão Suco	Pãozinho de Cenoura c/ Patê de Queijos Suco	Sequilinhos  Suco	Pão Egg c/ Peito de Peru Suco
<b>Segunda 20</b>	<b>Terça 21</b>	<b>Quarta 22</b>	<b>Quinta 23</b>	<b>Quinta 23</b>
<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>
Magic Toast Integral c/Geleia Natural de Frutas Suco	Pão Egg c/ c/ Requeijão Suco	Biscoito de Polvilho  Suco	Bisnaguinha integral c/ Manteiga Suco	Pãozinho de Salsa c/ Cream Cheese Suco
<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>
Pastel de Forno de Carne Suco	Pão de Coco c/ Peito de Peru Suco	Pão Francês integral c/ Queijo Branco Suco	Bolo Caseiro Suco	Pão de Forma integral Requeijão Suco
<b>Segunda 27</b>	<b>Terça 28</b>	<b>Quarta 29</b>	<b>Quinta 30</b>	<b>Quinta 31</b>
<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Lanche manhã</b>
Bolacha salgada integral c/ Manteiga Suco	Pão de Leite c/ Queijo Branco Suco	Pão de Beterraba c/ c/ Manteiga Suco	Pão Egg c/ Cream Cheese Suco	Pão de Coco c/ Peito de Peru Suco
<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>	<b>Lanche tarde</b>
Esfiha Integral de Queijo Suco	Pão de Milho c/ Requeijão Suco	Rosquinha de Leite Suco	Pão Sovado c/ Queijo Suco	Pão Francês c/ Patê de Ervas finas Suco

# CARDÁPIO DE AGOSTO - ALMOÇO



**Cila Omine**  
**Nutricionista**  
**Nutricionista**  
**CRN3 5440**

## Quarta 01

Arroz e Feijão  
 Iscas de Frango  
 Cenoura c/ Milho no vapor  
 Salada  
 Brigadeiro de copinho e Suco

## Quinta 02

Parafuso ao sugo  
 Picadinho de Carne  
 Chuchu refogado  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 03

Arroz e Feijão Preto  
 Ovo estrelado  
 Abóbora no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Segunda 06

Arroz e Feijão  
 Hambúrguer de Carne assado  
 Purê de Mandioquinha  
 Salada  
 Gelatina e Suco

## Terça 07

Arroz e Feijão  
 Frango assado  
 Abobrinha no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quarta 08

Arroz e Feijão Preto  
 Carne assada c/ Molho  
 Batata Rústica  
 Salada  
 Pudim de Leite e Suco

## Quinta 09

Arroz e Feijão  
 Torta de Frango c/ Aveia  
 Espinafre refogado  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 10

Espaguete ao sugo  
 Carne moída  
 Couve-flor no vapor  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Segunda 13

Arroz e Feijão  
 Filé de Sobrecoxa  
 Brócolis no vapor  
 Salada  
 Gelatina e Suco

## Terça 14

Arroz e Feijão  
 Iscas de Carne  
 Repolho Cremoso  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quarta 15

Gravatinha ao sugo  
 Filé de Frango  
 Beterraba no vapor  
 Salada  
 Eclair de Chocolate e Suco

## Quinta 16

Arroz e Feijão Preto  
 Bife grelhado  
 Cenoura ondulada  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 17

Arroz  
 Strogonoff de Frango  
 Batata Chips  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Segunda 20

Arroz e Feijão  
 Kibe assado  
 Purê de Batata  
 Salada  
 Gelatina e Suco

## Terça 21

Arroz e Feijão  
 Frango à Chinesa  
 (c/ Brócolis e Cenoura)  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Quarta 22

Arroz e Feijão Preto  
 Carne desfiada  
 Farofa de Banana  
 Salada  
 Mousse de Maracujá e Suco

## Quinta 23

Caracolino ao Sugo  
 Picadinho de Frango  
 Jardineira de Legumes  
 Salada  
 Fruta e Suco

## Sexta 24

Arroz e Feijão  
 Filé de Peixe assado  
 Creme de milho  
 Salada  
 Fruta e Suco

**Segunda 27**

**Terça 28**

**Quarta 29**

**Quinta 30**

**Sexta 31**

Arroz e Feijão

Arroz e Feijão

Arroz e Feijão

Arroz e Feijão Preto

Espaguete ao sugo

Frango assado

Iscas de Carne

Filé de Frango à Pizzaiolo

Filé Mignon Suíno

Bolinho de Carne recheado c/ ovo

Polenta Cremosa

Vagem c/ Milho no vapor

Acelga refogada c/ Cenoura

Batata Corada

Ervilhas no vapor

Salada

Salada

Salada

Salada

Salada

Gelatina e Suco

Fruta e Suco

Beijinho de Leite em pó e Suco

Fruta e Suco

Fruta e Suco