

APROVADO**Por DAE às 11:56, 21/2/2020**

CARDÁPIO MENSAL REFERENTE AO MÊS MARÇO/2020			APROVADO:			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	02/mar	03/mar	04/mar	05/mar	06/mar	
ALMOÇO	PRATO BASE	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Preto Self Service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service
	PROTEINA	ISCAS DE CARNE ACEBOLADA 265 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	FILÉ DE FRANGO AO MOLHO 165 kcal 150g (1 Unidade)	COPA LOMBO M.VINAGRETE 425 kcal 150g (1 Unidade)	SOBRECOXA ASSADA AO MOLHO 409,53 kcal 150g (1 Unidade)	CARNE ASSADA AO MOLHO MADEIRA 238,5 kcal 150g (1 Unidade)
	GUARNIÇÃO	QUIBEBE C/ SALSAS 58,81 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	CREME DE MILHO 66,2 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	FAROFA RICA FRIA 150 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	SELETA DE LEGUMES SAUTEE (Cenoura/batata/ervilha) 77,2 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	BATATA SAUTEE 81,22 kcal 120g (1 1/2 colher de servir)
	SALADA/SOBREMESA	ALFACE/ TOMATE 37 kcal Self Service	MAÇÃ 52 kcal 1 Unidade	ESCAROLA C/CENOURA 45 kcal Self Service	MELÃO 34 kcal 150g 1 fatia	MIX DE FOLHA COM BETERRABA 68 kcal Self Service
	VCT	676,26 kcal	598,65 kcal	935,45 kcal	836,18 kcal	703,17 kcal
		09/mar	10/mar	11/mar	12/mar	13/mar
	ALMOÇO	PRATO BASE	Arroz e Feijão PRETO self service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service
PROTEINA	LINGUIÇA ASSADA AO M. VINAGRETE 314,1 kcal 120 gr (2 unidades)	CUBOS DE CARNE AO MOLHO ROTY 140 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	STROGONOFF DE FRANGO 184,52 KCAL 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	ISCAS DE CARNE AO MOLHO DE TOMATE 265 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	FRANGO XADREZ 172,36 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	
GUARNIÇÃO	FAROFA DE COUVE 106,79 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	CHUCHU MIMOSO 44,05 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	BATATA PALHA 55,45 kcal 30 gr (1 pegador de salada)	COUVE FLOR REFOGADA C/ SALSAS 58,81 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	CENOURA SAUTÉ 37,2 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	
SALADA/SOBREMESA	BANANA 92 kcal 1 Unidade	REPOLHO/CENOURA 45 kcal Self Service	MELANCIA 30 kcal 150g 1Unidade	ALFACE/PEPINO 33 kcal Self Service	ABACAXI 50 kcal 150g 1 fatia	
VCT	736,34 kcal	544,50 kcal	585,42 kcal	672,26 kcal	575,01 kcal	

O CARDÁPIO SÓ

PODERÁ SER

ALTERADO COM

AUTORIZAÇÃO DO DAE/CPS Data de Emissão :

Nutricionista Contratada : MELISSA CRISTINA RODRIGUES

CRN3 - 42560

APROVADO**Por DAE às 11:56, 21/2/2020**

CARDÁPIO MENSAL REFERENTE AO MÊS MARÇO/2020			APROVADO:			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	16/mar	17/mar	18/mar	19/mar	20/mar	
ALMOÇO	PRATO BASE	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão PRETO Self Service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service
	PROTEINA	SALSICHA AO MOLHO SUGO 431,8 KCAL 120g (2 Unidades)	ISCAS SUINAS AO MOLHO DE LIMÃO 396,51 KCAL 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	BIFE DE PANELA 286,10 KCAL 150g (1 Unidade)	ISCAS DE FRANGO AO MOLHO 171,52 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	CUBOS DE CARNE ACEBOLADA 140 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir
	GUARNIÇÃO	PURÊ DE BATATA 90,70 kcal 120g (1 1/2 colher de servir)	FAROFA RICA 150,97 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	SELETA DE LEGUMES SAUTEE (chuchu, milho, ervilha) 55,23 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	BERINJELA NAPOLITANA 64,48 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	ABOBRINHA REFOGADA 17,3 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)
		SALADA/SOBREMESA	REPOLHO/BETERRABA 68kcal Self Service	BANANA 92 KCAL 1 Unidade	ESCAROLA/CENOURA 56 KCAL Self Service	MELANCIA 30 kcal 150g 1 fatia
	VCT	905,95 kcal	954,93 kcal	656,748 kcal	581,45 kcal	528,75 kcal
		23/mar	24/mar	25/mar	26/mar	27/mar
	ALMOÇO	PRATO BASE	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service	Arroz e Feijão Self Service
PROTEINA		PEIXE AO MOLHO 94,7 KCAL 120g/ 1 colher de servir	CARNE ASSADA AO MOLHO MADEIRA 238,5KCAL 150g (1 Unidade)	FILÉ DE FRANGO AO MOLHO DE ERVAS 165,1KCAL 150g (1 Unidade)	CUBOS DE CARNE AO MOLHO TIPO MADEIRA 140 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir	FRICASSE DE FRANGO 204,3 kcal 150g/ 1+ 1/2 colher de servir
GUARNIÇÃO		BATATA RUSTICA 81,2 kcal 120g (1 colher de servir)	CHUCHU COM MILHO NA SALSAS 44,05 kcal 120g (1 1/2 colher de servir)	SELETA DE LEGUMS SAUTEE (CENOURA, ervilha, vagem) 55,23 kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	PURE DE MANIOCA 141,60kcal 80 gr (1 colher Rasa de servir)	BATATA PALHA 55,45 kcal 30 gr (1 pegador de salada)
		SALADA/SOBREMESA	MAÇÃ 52 kcal 1 Unidade	ACELGA/BETERRABA 53 kcal Self Service	MELANCIA 30 kcal 150g 1 fatia	ALFACE/TOMATE 37 kcal Self Service
VCT		543,35 kcal	651 kcal	565,78 kcal	634,05 kcal	625,2 kcal

Data de Aprovação :

Data de Emissão :

Nutricionista Contratada : MELISSA CRISTINA RODRIGUES CRN3 - 42560

APROVADO

Por DAE às 11:56, 21/2/2020

CARDÁPIO MENSAL REFERENTE AO MÊS MARÇO/2020		APROVADO:				
Soluções	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	30/mar	31/mar	01/abr	02/abr	03/abr	
ALMOÇO	PRATO BASE	Arroz e Feijão PRETO	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
		Self Service	Self Service	Self Service	Self Service	Self Service
	PROTEINA	LINGUIÇA ASSADA ACEBOLADA 314,1 kcal	SOBRECOXA ASSADA AO MOLHO 409,53 kcal	ISCAS DE CARNE ACEBOLADA	CUBOS DE FRANGO AO MOLHO	BIFE DE PANELA
		120 gr (2 unidades)	180g (1 Unidade)	150g/ 1+ 1/2 colher de servir	150g/ 1+ 1/2 colher de servir	150g (1 Unidade)
	GUARNIÇÃO	FAROFA DE COUVE 106,79 kcal	BATATA SAUTEE 81,2 kcal	ABOBRINHA REFOGADA	SELETA DE LEGUMS SAUTEE (batata, ervilha, MILHO)	CREME DE MILHO
		80 gr (1 colher Rasa de servir)	120g (1 1/2 colher de servir)	80 gr (1 colher Rasa de servir)	80 gr (1 colher Rasa de servir)	80 gr (1 colher Rasa de servir)
	SALADA/SOBREMESA	MIX DE REPOLHO/CENOURA 45 kcal	BANANA 92 kcal	ESCAROLA/BETERRABA	MELANCIA	ACELGA/TOMATE
		Self Service	1 Unidade	Self Service	150g 1 fatia	Self Service
	VCT	781,34 kcal	898,18 kcal	648,31 KCAL	598,33 KCAL	647,69

O CARDÁPIO SÓ

PODERÁ SER

ALTERADO COM

AUTORIZAÇÃO DAE/CPS

Data de Aprovação :

Nutricionista Contratada : MELISSA CRISTINA RODRIGUES CRN3 - 42560