

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/09/24	03/09/24	04/09/24	05/09/24	06/09/24
MANHÃ E TARDE	Risoto de Frango com abobrinha e tomate Salada de repolho AF laranja	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne de panela com cenoura e batata salsa (iscas) Farofa de couve AF	Polenta com frango desfiado com legumes (cenoura e abobrinha) mamão picado	Arroz parbolizado Feijão preto Strogonoff de frango Salada de alface com tomate Abacaxi picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída ao sugo seleta de legumes (cenoura, batata, chuchu)
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/09/24	10/09/24	11/09/24	12/09/24	13/09/24
MANHÃ E TARDE	Arroz parbolizado/feijão preto Macarrão parufuso ao sugo carne moída refogada com cenoura MAÇÃ	Arroz parbolizado Feijão carioca Isclas de sobrecpxa dessossada frango com batata ao molho sugo creme de milho	Arroz parbolizado Feijão preto Frango desfiado com molho tomate, milho ervilha Salada de ALFACE AF BANANA AF	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne molho Rotty Batata saute	Arroz parbolizado Feijão carioca vaca atolada Isclas (aipiim) Pure de batatas
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/09/24	17/09/24	18/09/24	19/09/24	20/09/24
MANHÃ E TARDE	Polenta com molho de frango e legumes (cenoura, batata e abóbora) salada de repolho bicolor maçã	Arroz parbolizado Feijão carioca Fricasse de frango com batata palha Salada de beterraba cozida	Macarronada com carne moída (macarrão espaguete) Salada de ALFACE AF	Arroz parbolizado Feijão carioca Picadinho de carne (iscas) com batatas e cenoura Salada de brócolis Salada de fruta (banana, laranja, maçã, mamão e abacaxi)	Arroz parbolizado Feijão preto Carne moída com pimentão verde Batata com cenoura saute
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/09/24	24/09/24	25/09/24	26/09/24	27/09/24
MANHÃ E TARDE	quirera com molho de frango desfiado com tomate e milho laranja	Arroz parbolizado Strogonoff de carne (iscas) Batata palha Salada de pepino Mamão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada com tomate Brocolis alho e oleo	Virado de feijão preto Arroz parbolizado ovos mexidos com queijo Salada de cenoura ralada banana AF	Arroz parbolizado Feijão preto Isclas de frango com cenoura Farofa de couve AF
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/09/24				
MANHÃ E TARDE	Macarrão espaguete com molho de frango desfiado com milho e ervilha Salada de acelga Melão picado				

Cardápio sujeito à alteração / Agricultura Familiar - AF
VALDIRENE HITNER PADILHA CRN 8 1652

SEMANA 1	Energia (Kcal): 351 / Carboidrato (g): 59 / Lípidios (g): 6 / Proteínas (g): 17
SEMANA 2	Energia (Kcal): 457 / Carboidrato (g): 78 / Lípidios (g): 8 / Proteínas (g): 21
SEMANA 3	Energia (Kcal): 434 / Carboidrato (g): 65 / Lípidios (g): 13 / Proteínas (g): 17
SEMANA 4	Energia (Kcal): 492 / Carboidrato (g): 83 / Lípidios (g): 10 / Proteínas (g): 19
SEMANA 5	Energia (Kcal): 362 / Carboidrato (g): 65 / Lípidios (g): 4 / Proteínas (g): 17