

CARDÁPIO DO MÊS DE JULHO **NORMAL** - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun	Mon	Tue	Wed	qui	sex	Sat
			01/07	02/07	03/07	04/07	05/07	06/07
			2385 kcal	2502 kcal	2620 kcal	2550 kcal	2560 kcal	2630 kcal
DESJEJUM			Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado
A L M O Ç O	PROTEINA		<b>Escondidinho (músculo bovino)</b>	<b>Frango à moda caipira (peito de frango e moela)</b>	<b>Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina)</b>	<b>Silveirinha (carne moída)</b>	<b>Frango empanado (steak de frango)</b>	<b>Carne assada (paleta)</b>
	GUARNIÇÃO		Purê de abóbora	Creme de milho	Farofa de abobrinha	Batata, inhame e abobrinha	Polenta c/ quiabo e maxixe	Mandioca, chuchu e batata bolinha
	ARROZ		Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO		Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	BEBIDA		Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEINA		<b>Lingüiça acebolada (lingüiça Toscana)</b>	<b>Almôndega bovina (fraldinha)</b>	<b>Frango xadrez (peito de frango)</b>	<b>Frango empanado (steak de frango)</b>	<b>Carne louca (acém moído e calabresa)</b>	<b>Peixe empanado (steak de peixe)</b>
	GUARNIÇÃO		Batata, berinjela e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e cebola (incluso na proteína)	Purê de cará	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ		Arroz branco	Arroz branco	Arroz c/ açafrão	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO		Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA			Pão c/ frios+ banana	Pão sabor laranja + mamão	Pão sabor coco+melão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor laranja + mamão	Pão sabor coco+banana

**CARDÁPIO DE 07 A 13 DE JULHO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)**

		Sun 07/07	Mon 08/07	Tue 09/07	Wed 10/07	qui 11/07	sex 12/07	Sat 13/07
		2590 kcal	2385 kcal	2502 kcal	2620 kcal	2550 kcal	2640 kcal	2370 kcal
DESJEJUM		Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado
A L M O Ç O	PROTEÍNA	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo))	<b>Escondidinho (músculo bovino)</b>	<b>Frango à moda caípira (peito de frango e moela)</b>	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo))	<b>Silveirinha (carne moída)</b>	<b>Frango empanado (steak de frango)</b>	<b>Carne assada (acém)</b>
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura, vagem e jiló)	Purê de abóbora	Creme de milho	Farofa de abobrinha	Batata, inhame e abobrinha	Polenta c/ quiabo e maxixe	Batata bolinha, chuchu e mandioca
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	BEBIDA	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEÍNA	<b>Bolonhesa (carne moída)</b>	Lingüiça acebolada (lingüiça Toscana)	<b>Almôndega bovina (fraldinha)</b>	<b>Frango xadrez (peito de frango)</b>	<b>Frango empanado (steak de frango)</b>	<b>Carne louca (acém moído e calabresa)</b>	<b>Peixe empanado (steak de peixe)</b>
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batata, berinjela e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e ceboá (incluso na proteína)	Purê de cará	Batata doce e beterraba	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz c/ açafrão	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca

CEIA		Pão c/ frios + banana	Pão c/ frios+ banana	Pão sabor laranja + mamão	Pão sabor coco+melão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor baunilha+ mamão	Pão sabor queijo+banana
------	--	-----------------------	----------------------	---------------------------	----------------------	-----------------------	---------------------------	-------------------------

		Sun 14/07	Mon 15/07	Tue 16/07	Wed 17/07	qui 18/07	sex 19/07	Sat 20/07
		2530 kcal	2592 kcal	2410 kcal	2401 kcal	2550 kcal	2520 kcal	2395 kcal
DESJEJUM		Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado
A L M O Ç O	PROTEINA	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)	Escondidinho de carne (acém)	Frango à moda caipira (peito de frango e moela)	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Carne assada (músculo)
	GUARNIÇÃO	Farofa colorida (cenoura, vagem e jiló)	Creme de cabotiá	Creme de milho	Farofa de abobrinha	Creme de cará	Polenta c/ quiabo e maxixe	Batata bolinha, chuchu e mandioca
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	BEBIDA	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEINA	Bolonhesa (carne moída)	Lingüiça acebolada (lingüiça Toscana)	Almôndega bovina (fraldinha)	Frango xadrez (peito de frango)	Frango empanado (steak de frango)	Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batatas, abobrinha e berinjela	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e ceboá (incluso na proteína)	Batata, aborinha e inhame	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz Branco	Arroz branco	Arroz c/ açafrão	Arroz branco
	FEIJÃO	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA		Pão c/ frios + banana	Pão sabor laranja+banana	Pão c/ frios+mamão	Pão c/ frios+melão	Pão sabor queijo+ banana	Pão sabor coco+mamão	Pão sabor baunilha+banana

**CARDÁPIO DE 21 A 27 DE JULHO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFD)**

		Sun 21/07	Mon 22/07	Tue 23/07	Wed 24/07	qui 25/07	sex 26/07	Sat 27/07
		2520 kcal	2410 kcal	2540 kcal	2620 kcal	2645 kcal	2580 kcal	2490 kcal
DESJEJUM		Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado
A L M O Ç O	PROTEINA	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)	<b>Escondidinho (músculo bovino)</b>	<b>Frango à moda caipira (peito de frango e moela)</b>	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)	<b>Silveirinha (carne moída)</b>	<b>Frango empanado (steak de frango)</b>	<b>Picadinho bovino assado (músculo)</b>
	GUARNIÇÃO	Farofa mista (cenoura, vegem e jiló)	Purê de abóbora	Creme de milho	Farofa de abobrinha	Polenta c/ quiabo e maxixe	Creme de cará	Batata bolinha, chuchu e mandioca
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	BEBIDA	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEINA	<b>Bolonhesa (carne moída)</b>	Lingüiça acebolada (lingüiça Toscana)	<b>Almôndega bovina (fraldinha)</b>	<b>Frango xadrez (peito de frango)</b>	<b>Frango empanado (steak de frango)</b>	<b>Carne louca (acém moído e calabresa)</b>	<b>Peixe empanado (steak de peixe)</b>
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batatas, berinjela e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e cebola (incluso na proteína)	Batata, inhame e abobrinha	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz c/ açafrão	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA		Pão c/frios+banana	Pão sabor queijo+banana	Pão c/frios+mamão	Pão sabor laranja+melão	Pão sabor baunilha+banana	Pão c/frios+mamão	Pão sabor coco+banana

**CARDÁPIO DE 28 A 30 DE JULHO "NORMAL"- COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)**

		Sun 28/07	Mon 29/07	Tue 30/07	qua 31/07	qui	sex	sab
		2500 kcal	2525 kcal	2475 kcal	2620 kcal			
DESJEJUM		Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão de francês c/ margarina + achocolatado			
A L M O Ç O	PROTEINA	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)	<b>Escondidinho de carne (acém moído)</b>	<b>Frango à moda caipira (peito de frango e moela)</b>	<b>Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)</b>			
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura,vagem e jiló)	Creme de cabotiá	Creme de milho	Farofa de abobrinha			
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco			
	FEIJÃO	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto incluso na proteína			
	BEBIDA	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado			
J A N T A R	PROTEINA	<b>Bolonhesa (carne moída)</b>	<b>Lingüiça acebolada (lingüiça Toscana)</b>	<b>Almôndega bovina (fraldinha)</b>	<b>Frango xadrez (peito de frango)</b>			
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batatas, abobrinha e berinjela	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e cebola (incluso na proteína)			
	ARROZ	Arroz à grega	Arroz branco	Arroz branco	Arroz c/ açafrão			
	FEIJÃO	Feijão tropeiro	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca			
CEIA		Pão c/ frios + banana	Pão sabor queijo + banana	Pão c/frios+ mamão	Pão sabor laranja+melão			