

**CARDÁPIO DO MÊS DE SETEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFD)**

		Sun 01/09	Mon 02/09	Tue 03/09	Wed 04/09	qui 05/09	sex 06/09	Sat 07/09
		2590 kcal	2385 kcal	2502 kcal	2620 kcal	2550 kcal	2560 kcal	2630 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 francês c/ margarina + achocolatado	Pão 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))	Yakissoba de carne (acém, macarrão, cebola, pimentão)	Frango à moda caipira (peito de frango e moela)	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina)	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Carne assada (paleta)
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura, vagem e jiló)	Incluso na proteína	Purê de abóbora e cará	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	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 cremoso (peito de frango desfiado)	Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batata, berinjela e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e cebola (incluso na proteína)	Creme de milho	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 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 08 A 14 DE SETEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)**

		Sun 08/09	Mon 09/09	Tue 10/09	Wed 11/09	qui 12/09	sex 13/09	Sat 14/09
		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>Yakissoba de carne (acém, macarrão, cebola, pimentão)</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)	Incluso na proteína	Purê de cará e abóbora	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 cremoso (peito de frango desfiado)</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 ceboa (incluso na proteína)	Creme de milho	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 15/09	Mon 16/09	Tue 17/09	Wed 18/09	qui 19/09	sex 20/09	Sat 21/09
		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))	<b>Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)</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 colorida (cenoura, vagem e jiló)	Incluso na proteína	Creme de cará e abóbora	Farofa de abobrinha	Batata, aborinha e inhame	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	<b>Bolonhesa (carne moída)</b>	<b>Lingüiça acebolada com molho ferrugem (lingüiça Toscana)</b>	<b>Almôndega bovina (fraldinha)</b>	<b>Frango xadrez (peito de frango, cenoura, pimentão e cebola)</b>	<b>Frango cremoso (peito de frango desfiado)</b>	<b>Carne louca (acém moído e calabresa)</b>	<b>Peixe empanado (steak de peixe)</b>
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batatas, abobrinha e berinjela	Pirão de carne com cenoura e tomate	Incluso na proteína	Creme de milho	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz Branco	Arroz branco	Arroz c/ açafraão	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 22 A 28 DE SETEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)**

		Sun 22/09	Mon 23/09	Tue 24/09	Wed 25/09	qui 26/09	sex 27/09	Sat 28/09
		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>Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)</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 móida)</b>	<b>Frango empanado (steak de frango)</b>	<b>Picadinho bovino assado (músculo)</b>
	GUARNIÇÃO	Farofa mista (cenoura, vegem e jiló)	Incluso na proteína	Creme de cará e abóbora	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	PROTEINA	<b>Bolonhesa (carne móida)</b>	Lingüiça acebolada ao ferrugem (lingüiça Toscana)	<b>Almôndega bovina (fraldinha)</b>	<b>Frango xadrez (peito de frango, cenoura, pimentão e cebola)</b>	<b>Frango cremoso (peito de frango desfiado)</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	Incluso na proteína	Creme de milho	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

		Sun 29/09	Mon 30/09	Tue	qua	qui	sex	sab
		2500 kcal	2525 kcal					
DESJEJUM		Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão careca 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>Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)</b>					
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura,vagem e jiló)	Incluso na proteína					
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco					
	FEIJÃO	Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca					
	BEBIDA	Suco sabor variado	Suco sabor variado					
J A N T A R	PROTEINA	<b>Bolonhesa (carne moída)</b>	Lingüiça acebolada (lingüiça Toscana)					
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batatas, abobrinha e berinjela					
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco					
	FEIJÃO	Feijão carioca	Feijão carioca					
CEIA		Pão c/ frios + banana	Pão sabor queijo + banana					