

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

		Sun	Mon	Tue	Wed	qui 01/08	sex 02/08	Sat 03/08	
							2550 kcal	2560 kcal	2630 kcal
DESJEJUM						Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado	
A L M O Ç O	PROTEINA					Silveirinha (carne móida)	Frango empanado (steak de frango)	Carne assada (paleta)	
	GUARNIÇÃO					Batata, berinjela e abobrinha	Polenta c/ quiabo e maxixe	Mandioca, chuchu e batata bolinha	
	ARROZ					Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	
	FEIJÃO					Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	
	BEBIDA					Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	
J A N T A R	PROTEINA					Frango empanado (steak de frango)	Carne louca (acém móido e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)	
	GUARNIÇÃO					Purê de cará e abóbora	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)	
	ARROZ					Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	
	FEIJÃO					Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	
CEIA					Pão c/ frios + banana	Pão sabor laranja + mamão	Pão sabor coco+banana		

CARDÁPIO DE 04 A 10 DE AGOSTO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 04/08	Mon 05/08	Tue 06/08	Wed 07/08	qui 08/08	sex 09/08	Sat 10/08
		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	PROTEINA	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)	Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)	Frango à moda caípira (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 (acém)
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura, vagem e jiló)	Incluso na proteína	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	PROTEINA	Bolonhesa (carne moída)	Lingüiça com molho acebolada (lingüiça toscana)	Almôndega ao sugo (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	Batata, berinjela e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e ceboia (incluso na proteína)	Purê de cará e abóbora	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 11/08	Mon 12/08	Tue 13/08	Wed 14/08	qui 15/08	sex 16/08	Sat 17/08
		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)	Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)	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)	Incluso na proteína	Creme de milho	Farofa de abobrinha	Creme de cará e abóbora	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 com molho acebolada (lingüiça toscana)	Almôndega ao sugo (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 ceboia (incluso na proteína)	Batata, aborinha e inhamé	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz Branco	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 laranja+banana	Pão c/ frios+mamão	Pão c/ frios+melão	Pão sabor queijo+ banana	Pão sabor coco+mamão	Pão sabor baunilha+banana

CARDÁPIO DE 18 A 24 DE AGOSTO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 18/08	Mon 19/08	Tue 20/08	Wed 21/08	qui 22/08	sex 23/08	Sat 24/08
		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)	Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)	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 móida)	Frango empanado (steak de frango)	Picadinho bovino assado (músculo)
	GUARNIÇÃO	Farofa mista (cenoura, vegem e jiló)	Incluso na proteína	Creme de milho	Farofa de abobrinha	Polenta c/ quiabo e maxixe	Creme de cará e abóbora	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 móida)	Lingüiça com molho acebolada (lingüiça toscana)	Almôndega ao sugo (fraldinha)	Frango xadrez (peito de frango)	Frango empanado (steak de frango)	Carne louca (acém móido e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	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 25 A 31 DE AGOSTO "NORMAL"- COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 25/08	Mon 26/08	Tue 27/08	qua 28/08	qui 29/08	sex 30/08	sab 31/08
		2500 kcal	2525 kcal	2475 kcal	2620 kcal	2550 kcal	2520 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 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 (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)	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)	Picadinho bovino assado (músculo)
	GUARNIÇÃO	Farofa (cenoura, vagem e jiló)	Incluso na proteína	Creme de milho	Farofa de abobrinha	Creme de cará e abóbora	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 com molho acebolada (lingüiça toscana)	Almôndega ao sugo (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 cebola (incluso na proteína)	Batata, abobrinha e inhame	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ	Arroz à grega	Arroz branco	Arroz branco	Arroz c/ açafrão	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO	Feijão tropeiro	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 queijo+ banana	Pão sabor coco+mamão	Pão sabor coco+banana