

		dom	seg	ter	qua	qui	sex 01/11	sáb 02/11
							2560 kcal	2630 kcal
DESJEJUM							Pão francês c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado
A L M O Ç O	PROTEINA						Frango empanado (steak de frango)	Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)
	GUARNIÇÃO						Polenta c/ quiabo e maxixe	Mandioca, chuchu e batata bolinha
	ARROZ						Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO						Feijão carioca	Feijão carioca
	BEBIDA						Suco sabor variado	Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEINA						Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO						Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ						Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO						Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA						Pão sabor laranja + mamão	Pão sabor coco+banana	

CARDÁPIO DE 03 A 09 DE NOVEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		dom 03/11	seg 04/11	ter 05/11	qua 06/11	qui 07/11	sex 08/11	sáb 09/11
		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 (acém, macarrão, cebola, pimentão)	Jardineira de frango (filé de frango desfiado)	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo))	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura, vagem e jiló)	Incluso na proteína	Batata e abobrinha	Farofa de abobrinha e berinjela	Creme de milho	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 cremoso (peito de frango desfiado)	Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Purê de cará e abóbora	Pirão de carne com cenoura e tomate	Cenoura, pimentão e cebola (incluso na proteína)	Batata, inhame e abobrinha	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 sabor laranja + mamão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor coco+melão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor baunilha+ mamão	Pão sabor queijo+banana	

CARDÁPIO DE 10 A 16 DE NOVEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		dom 10/11	seg 11/11	ter 12/11	qua 13/11	qui 14/11	sex 15/11	sáb 16/11
		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)	Jardineira de frango (filé de frango desfiado)	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo))	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)
	GUARNIÇÃO	Farofa colorida (cenoura, vagem e jiló)	Incluso na proteína	Batata e abobrinha	Farofa de abobrinha e berinjela	Creme de milho	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 com molho ferrugem (lingüiça Toscana)	Almôndega bovina (fraldinha)	Frango xadrez (peito de frango, cenoura, pimentão e cebola)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Purê de cará e abóbora	Pirão de carne com cenoura e tomate	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 queijo+mamão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor coco+melão	Pão sabor queijo+ banana	Pão c/ frios+mamão	Pão sabor baunilha+banana

CARDÁPIO DE 17 A 23 DE NOVEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFD)

		dom 17/11	seg 18/11	ter 19/11	qua 20/11	qui 21/11	sex 22/11	sáb 23/11
		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)	Jardineira de frango (filé de frango desfiado)	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo))	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)
	GUARNIÇÃO	Farofa mista (cenoura, vegem e iiló)	Incluso na proteína	Batata e abobrinha	Farofa de abobrinha e berinjela	Creme de milho	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 ao ferrugem (lingüiça Toscana)	Almôndega bovina (fraldinha)	Frango xadrez (peito de frango, cenoura, pimentão e cebola)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Creme de cará e abóbora	Pirão de carne com cenoura e tomate	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+mamão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor laranja+melão	Pão sabor baunilha+banana	Pão c/frios+mamão	Pão sabor coco+banana

CARDÁPIO DE 24 A 30 DE NOVEMBRO "NORMAL"- COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		dom 24/11	seg 25/11	ter 26/11	qua 27/11	qui 28/11	sex 29/11	sab 30/11
		2500 kcal	2525 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)	Jardineira de frango (filé de frango desfiado)	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo))	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura, vagem e jiló)	Incluso na proteína	Batata e abobrinha	Farofa de abobrinha e berinjela	Creme de milho	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, cenoura, pimentão e cebola)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Creme de cará e abóbora	Pirão de carne com cenoura e tomate	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 + mamão	Pão c/frios+banana	Pão sabor laranja+melão	Pão sabor baunilha+banana	Pão c/frios+mamão	Pão sabor coco+banana	