

		dom	seg	ter	qua 01/01	qui 02/01	sex 03/01	sáb 04/01
					2620 kcal	2550 kcal	2560 kcal	2630 kcal
DESJEJUM					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)	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)
	GUARNIÇÃO				Farofa de abobrinha e berinjela	Creme de milho	Polenta c/ quiabo e maxixe	Mandioca, chuchu e batata bolinha
	ARROZ				Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO				Feijão preto incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	BEBIDA				Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEINA				Frango xadrez (peito de frango)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Carne louca (acém moído e calabresa)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO				Cenoura, pimentão e cebola (incluso na proteína)	Batata, inhame e abobrinha	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ				Arroz c/ açafrão	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO				Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA				Pão sabor coco+banana	Pão c/ frios + melão	Pão sabor laranja + mamão	Pão sabor coco+banana	

CARDÁPIO DE 05 A 11 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		dom 05/01	seg 06/01	ter 07/01	qua 08/01	qui 09/01	sex 10/01	sáb 11/01
		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>Jardineira de frango (filé de frango desfiado)</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>Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)</b>
	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	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	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 12 A 18 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)**

		dom 12/01	seg 13/01	ter 14/01	qua 15/01	qui 16/01	sex 17/01	sáb 18/01
		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 19 A 25 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)**

		dom 19/01	seg 20/01	ter 21/01	qua 22/01	qui 23/01	sex 24/01	sáb 25/01
		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>Jardineira de frango (filé de frango desfiado)</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>Bolinho de carne assado com molho escuro (paleta)</b>
	GUARNIÇÃO	Farofa mista (cenoura, vegem e ijló)	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	<b>Bolonhesa (carne moída)</b>	<b>Lingüiça acebolada ao 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	Creme de cará e abóbora	Pirão de carne	Incluso na proteína	Batata, inhame e abobrinha	Beterraba e batata doce	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz à 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 26 A 31 DE JANEIRO "NORMAL"- COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)**

		dom 26/01	seg 27/01	ter 28/01	qua 29/01	qui 30/01	sex 31/01	sab
		2500 kcal	2525 kcal	2540 kcal	2620 kcal	2645 kcal	2580 kcal	
DESJEJUM		Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão 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)	<b>Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)</b>	<b>Jardineira de frango (filé de frango desfiado)</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>	
	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	
	ARROZ	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	
	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>Bolonhesa (carne moída)</b>	<b>Lingüiça acebolada (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>	
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Creme de cará e abóbora	Pirão de carne	Incluso na proteína	Batata, inhame e abobrinha	Beterraba e batata doce	
	ARROZ	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	
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		