

CARDÁPIO DO MÊS DE MARÇO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFDF)

		Sun	Mon	Tue	Wed	qui	sex	Sat 01/03
		2630 kcal						
DESJEJUM								Pão francês c/ margarina + achocolatado
A L M O Ç O	PROTEINA							Carreteiro misto (acém bovino, pernil suíno e calabresa)
	GUARNIÇÃO							Mandioca, chuchu e batata
	ARROZ							Incluso na ptn
	FEIJÃO							Feijão carioca
	BEBIDA							Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEINA							Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO							Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ							Arroz branco
	FEIJÃO							Feijão carioca
CEIA								Pão sabor coco+banana

CARDÁPIO DE 02 A 08 DE MARÇO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 02/03	Mon 03/03	Tue 04/03	Wed 05/03	qui 06/03	sex 07/03	Sat 08/03
		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 (Pe suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (músculo)	Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Carreteiro misto (acém bovino, pernil suíno e calabresa)
	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	Mandioca, chuchu e batata
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Incluso na ptn
	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 molho ferrugem (lingüiça Toscana)	Almôndega assada com molho escuro (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 + melão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor coco+mamão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor baunilha+ mamão	Pão sabor queijo+banana

[illegible]

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

CARDÁPIO DE 16 A 22 DE MARÇO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

[illegible]

[illegible]

	FEIJÃO	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA		Pão c/ frios + banana	Pão sabor queijo + melão	Pão c/frios+banana	Pão sabor laranja+mamão	Pão sabor baunilha+banana	Pão c/frios+mamão	Pão sabor coco+banana



CARDÁPIO DE 30 A 31 DE MARÇO "NORMAL"- COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 30/03 2500 kcal	Mon 31/03 2525 kcal	Tue	qua	qui	sex	sab
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))	Yakissoba de carne (fraldinha, macarrão, pimentão e cebola)					
	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	Bolonhesa (carne moída)	Lingüiça acebolada ao molho ferrugem (lingüiça Toscana)					
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Creme de cará e abóbora					
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco					

	FEIJÃO	Feijão carioca	Feijão carioca					
CEIA		Pão c/ frios + banana	Pão sabor queijo + melão					