

CARDÁPIO DO MÊS DE NOVEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun	Mon	Tue	Wed	qui	sex	Sat 01/11
		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 NOVEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFDF)

[illegible]

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
------	--	--------------------------	------------------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------------	----------------------------

CARDÁPIO DE 09 A 15 DE NOVEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

[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 NOVEMBRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

[illegible]

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 23 A 29 DE NOVEMBRO "NORMAL"- COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)								
		Sun 23/11	Mon 24/11	Tue 25/11	qua 26/11	qui 27/11	sex 28/11	sab 29/11
		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)	Carreteiro misto (acém bovino, pernil suíno e calabresa)
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura,vagem e jiló)	Incluso na proteína	Batata doce 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 (lingüiça Toscana)	Bolinho de carne ao molho ferrugem (fraldinha)	Frango xadrez (peito de frango, cenoura, pimentão e cebola)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Almôndega assada com molho escuro (fraldinha)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Creme de cará e abóbora	Creme de beterraba	Incluso na proteína	Batata, inhame e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	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 + melão	Pão c/ frios + banana	Pão sabor laranja+mamão	Pão sabor baunilha+banana	Pão c/frios+mamão	Pão sabor coco+banana



CARDÁPIO DE NOVEMBRO "NORMAL"- COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFDF)

		Sun	Mon	Tue	qua	qui	sex	sab
		30/11						
		2500 kcal						
DESJEJUM		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)						
	GUARNIÇÃO	Farofa de crocante (cenoura,vagem e jiló)						
	ARROZ	Arroz branco						
	FEIJÃO	Feijão preto incluso na proteína						
	BEBIDA	Suco sabor variado						
J A N T A	PROTEINA	Bolonhesa (carne moída)						
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo						

R	ARROZ	Arroz branco						
	FEIJÃO	Feijão carioca						
CEIA		Pão c/ frios + banana						