

Cardápio do mês de JANEIRO – CIR

GRAN NUTRIZ	Domingo 04/01	Segunda 05/01	Terça 06/01	Quarta 07/01	Quinta 08/01	Sexta 09/01	Sábado 10/01
DESJEJUM							
Pão	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina
Bebida	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP
ALMOÇO							
Prato principal	Frango ao molho curry (Peito de Frango moído)	Misto bovino de Carne (Acém moído) com Calabresa	<u>Feijoada</u> Paleta suína, Linguiça Calabresa e Pé suíno	Cozidão misto de Carnes com Pimentão (Linguiça Calabresa, Acém bovino, Peito de Frango e Paleta suína)	Almôndega bovina assada	<u>Feijoada</u> Paleta suína, Linguiça Calabresa, e Pé suíno	Empanado de Frango assado
Guarnição	Purê de Batata doce com Batata inglesa	Polenta cremosa com Jiló	Cuscuz com Cenoura	Purê de Batata doce, Maxixe e Quiabo	Polenta cremosa com Vagem	Cuscuz temperado	Purê de Batata doce com Abóbora e Batata inglesa
Acompanhamento 1	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
Acompanhamento 2	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão carioca
Bebida	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP
JANTAR							
Prato principal	Empanado de Peixe assado	Frango ao molho com ervas (Peito de Frango moído) Batata doce com	Carne ao molho de tomate (Acém moído)	Almôndega de Frango ao molho de açafrão	Frango refogado (Peito de Frango moído)	Misto bovino de Carne (Acém moído) com Calabresa e Pimentão Macarrão ao sugo	Cozidão misto de Carnes com Pimentão (Linguiça Calabresa, Acém bovino, Peito de Frango e Paleta suína)
Guarnição	Seleta de Cenoura com Chuchu e Cará cozidos	Mandioca e Abobrinha cozidas	Abóbora com Batata inglesa cozidas	Beterraba cozida com Berinjela	Abóbora refogada com Cenoura Arroz Branco	com Cenoura e Milho	Cuscuz temperado
Acompanhamento 1	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco		Arroz Branco	Arroz Branco
Acompanhamento 2	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA							
CEIA	Pão de Beterraba CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Milho CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Melão	Pão com frios CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Batata CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão	Pão de Batata doce CIR – Melão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Cenoura CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão com frios CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão

Cardápio do mês de JANEIRO – CIR I

GRAN NUTRIZ	Domingo 11/01	Segunda 12/01	Terça 13/01	Quarta 14/01	Quinta 15/01	Sexta 16/01	Sábado 17/01
DESJEJUM							
Pão	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina
Bebida	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP
ALMOÇO							
Prato principal	Refogado de Carne moída com Calabresa (Acém moído + Linguiça Calabresa)	Frango ao molho de açafrão (Peito de Frango moído)	Feijoada Paleta suína, Linguiça Calabresa e Pé suíno	Misto bovino de Carne (Acém moído) com Calabresa	Cozidão misto de Carnes (Linguiça Calabresa, Linguiça Calabresa, e Acém bovino, Peito de Frango e Paleta suína)	Feijoada Paleta suína, Linguiça Calabresa, e Pé suíno	Empanado de Frango assado
Guarnição	Polenta cremosa	Batata doce com Cenoura e Mandioca cozidos	Cuscuz temperado	Purê de Abóbora, Batata doce e Batata inglesa	Beterraba com Cenoura e Abobrinha	Cuscuz com Cenoura	Polenta cremosa com Jiló
Acompanhamento 1	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
Acompanhamento 2	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão carioca
Bebida	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP
JANTAR							
Prato principal	Empanado de Peixe assado	Cozidão misto de Carnes (Linguiça Calabresa, Acém bovino, Peito de Frango e Paleta suína)	Carne ao molho de tomate e Pimentão (Acém moído)	Frango ao molho de açafrão (Peito de Frango moído)	Almôndega de Frango refogado	Frango ao molho (Peito de Frango moído)	Almôndega bovina assada
Guarnição	Beterraba cozida com Chuchu Arroz Branco	Purê de Abóbora com Batata inglesa e Maxixe	Batata doce cozida	Cuscuz com Vagem e Milho	Purê de Batata doce com Batata inglesa e Caraíba	Seleta de Cenoura com Chuchu e Quiabo	Macarrão ao sugo com Beterraba e Berinjela
Acompanhamento 1		Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
Acompanhamento 2	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA							
CEIA	Pão de Beterraba CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Milho CIR – Melão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão com frios CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Batata CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão	Pão de Batata doce CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Melão	Pão de Cenoura CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão com frios CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão

Cardápio do mês de JANEIRO – CIR I

GRAN NUTRIZ	Domingo 18/01	Segunda 19/01	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
DESJEJUM							
Pão	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina					
Bebida	Achocolatado TP	Achocolatado TP					
ALMOÇO							
Prato principal	Misto bovino de Carne (Acém moído) com Calabresa	Cozidão misto de Carnes (Linguiça Calabresa, Acém bovino, Peito de Frango e Paleta suína)					
Guarnição Acompanhamento 1	Purê de Abóbora com Cenoura	Batata doce com Mandioca cozidas					
Acompanhamento 2	Arroz Branco	Arroz Branco					
Bebida	Feijão carioca	Feijão carioca					
	Suco TP	Suco TP					
JANTAR							
Prato principal	Frango ao molho curry (Peito de Frango moído)	Almôndega de Frango ao molho de açafrão Polenta cremosa					
Guarnição	Cuscuz temperado						
Acompanhamento 1	Arroz Branco	Arroz Branco					
Acompanhamento 2	Feijão carioca	Feijão carioca					
CEIA							
CEIA	Pão de Beterraba CIR – Melão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Milho CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão					



CARDÁPIO DE 18 A 24 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CIR)

		Sun 18/01	Mon 19/01	Tue 20/01	qua 21/01	qui 22/01	sex 23/01	sáb 24/01
D ESJEJUM		Pão Francês C/ Margarina + Achocolatado	Pão Francês C/ Margarina + Achocolatado	Pão Francês C/ margarina + bolo + suco	Pão Francês C/ margarina + bolo + suco	2 Pães Francês C/ Margarina + suco	2 Pães Francês C/ Margarina + Achocolatado	2 Pães Francês C/ Margarina + Achocolatado
A L M O Ç O	PROTEÍNA	Galinha (Coxa e Sobre Coxa)	Feijoada (Pé Suíno + Orelha Suína + Lingüiça + Carne Suína (Paleta) + Carne Bovina (Músculo))	Frango Desfiado (Coxa e Sobre Coxa)	Misto Bovino ao Molho Ferrugem	Assado de Panela C/ Pimentão (Paleta)	Feijoada (Pé Suíno + Orelha Suína + Lingüiça + Carne Suína (Paleta) + Carne Bovina (Músculo))	Silveirinha (Carne Moida Bovina)
	GUARNIÇÃO	Farofa Cenoura + Chuchu + Milho + Batata	Farofa Crocante C/ Cenoura + Cheiro Verde	Creme de Milho C/ Cenoura + Quiabo + Mandioca	Farofa Doce (Banana + Cenoura + Batata)	Quibebe de Legumes (Abobrinha + Mandioca + Batata Doce)	Farofa Mista (Jiló + Cenoura + Batata)	Cenoura + Batata + Chuchu
	ARROZ	Arroz Branco C/ Açafrão	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	FEIJÃO	Feijão Carioca	Feijão Preto Incluso Na Proteína	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto Incluso Na Proteína	Feijão Carioca
	SOBREMESA	Suco Sabor Variado	Suco Sabor Variado	Doces variados	Doces variados	Doces variados	Doces variados	Banana
J A N T A R	PROTEINA	Carne Moida Acebola (Acém Bovino)	Frango Assado (Empanado de Frango)	linguiça tipo calabresa acebolado	stroganoff de frango	Empanado de Peixe	Misto Bovino ao Molho Ferrugem	Frango Caipira (Coxa e Sobre Coxa)
	GUARNIÇÃO	Mix de Legumes + Beterraba + Inhame + Abobrinha + Cenoura + Maxixe + Jiló + Abóbora	Polenta C/ Cenoura + Milho + Maxixe + Chuchu + Abobrinha	Farofa (Cenoura + Banana + Cebola + Chuchu)	Batata inglesa + berijela + cenoura + mandioca + maxixe jiló	Pirão C/ Chuchu + Cenoura + Quiabo + Abobrinha	Cenoura + Batata + Vagem + Abobrinha + Cará + Berinjela	Polenta C/ Cenoura + Mandioca + Inhame + Maxixe + Vajem
	ARROZ	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco C/ Açafrão	Arroz Branco
	FEIJÃO	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
CEIA		Pão Sabor Laranja + Mamão	Pão C/ Frios + Melão	2 pães / frios +banana	2 pães / frios +mamão	2 pães / frios +melão	2 pães / frios +banana	2 pães / frios +mamão



CARDÁPIO DE 25 A 31 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CIR)

		Sun 25/01	seg 26/01	Tue 27/01	Wed 28/01	Thu 29/01	Sat 30/01	Sat 31/01
D ESJEJUM		2 Pães Francês C/ Margarina + Achocolatado	2 Pães Francês C/ Margarina + Achocolatado	Pão Francês c/ margarina + bolo + suco	Pão Francês c/ margarina + bolo + suco	Pão Francês c/ margarina + bolo + suco	2 Pães Francês C/ Margarina + Achocolatado	2 Pães Francês C/ Margarina + Achocolatado
A L M O Ç O	PROTEINA	Galinha (Coxa e Sobre Coxa)	Feijoada (Pé Suíno + Orelha Suína + Linguiça + Carne Suína (Paleta) + Carne Bovina (Músculo))	Frango ao Molho Ferrugem (Coxa e Sobre Coxa)	Misto Bovino ao Molho Ferrugem	Assado de Panela C/ Pimentão (Paleta)	Feijoada (Pé Suíno + Orelha Suína + Linguiça + Carne Suína (Paleta) + Carne Bovina (Músculo))	Silveirinha (Carne Moida Bovina)
	GUARNIÇÃO	Farofa Cenoura + Chuchu + Milho + Batata	Farofa Crocante C/ Cenoura + Cheiro Verde	Polenta C/ Cenoura + Milho + Maxixe + Chuchu + Abobrinha	Legumes Sauté + Cenoura + Vagem + Chuchu + Batata Doce +	Legumes (Purê de Batatas C/ Cenoura)	Farofa Colorida (Cenoura, Chuchu + Milho) Arroz Branco	Cenoura + Batata + Chuchu
	ARROZ	Arroz Branco C/ Açafrão	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco		Arroz Branco
	FEIJÃO	Feijão Carioca	Feijão Preto Incluso Na Proteína	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto Incluso Na Proteína	Feijão Carioca
	SOBREMESA	Banana	Melão	Doces variados	Doces variados	Doces variados	Doces variados	Banana
J A N T A R	PROTEÍNA	Misto (Bovino e Suíno) ao Molho Ferrugem	Empanado de Frango	linguiça tipo calabresa acebolado	paleta suína ao molho agridoce	Empanado de Peixe	Misto Bovino ao Molho Ferrugem	Frango Caipira (Coxa e Sobre Coxa)
	GUARNIÇÃO	Cenoura + Batata + Vagem + Abobrinha	Purê de Cabotiá Batata + Cenoura + Beterraba	Batata Inglesa + Berinjela + Cenoura	Purê de Cabotiá Batata + Cenoura + Quiabo + Abobrinha	Pirão C/ Chuchu + Cenoura + Quiabo + Abobrinha	Cenoura + Batata + Vagem + Abobrinha + Cará + Berinjela	Poletta C/ Cenoura + Mandioca + Inhame + Maxixe + Vajem
	ARROZ	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco C/ Açafrão	Arroz Branco
	FEIJÃO	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
CEIA	BEBIDA	2 pães / frios +banana	2 pães / frios +mamão	2 pães / frios +melão	2 pães / frios +banana	2 pães / frios +mamão	2 pães / frios +melão	2 pães / frios +banana