

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

		Sun	Mon	Tue	Wed	qui 01/01	sex 02/01	Sat 03/01
					2550 kcal		2640 kcal	2630 kcal
DESJEJUM						Pão de francês c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/ margarina + achocolatado	Pão francês c/ margarina + achocolatado
A L M O Ç O	PROTEINA					Silveirinha (carne moída)	Frango empanado (steak de frango)	Carreteiro misto (acém bovino, pernil suíno e calabresa)
	GUARNIÇÃO					Creme de milho	Polenta c/ quiabo e maxixe	Mandioca, chuchu e batata
	ARROZ					Arroz branco	Arroz branco	Incluso na ptn
	FEIJÃO					Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	BEBIDA					Suco sabor variado	Suco sabor variado	Suco sabor variado
J A N T A R	PROTEINA					Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Almôndega assada com molho escuro (fraldinha)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO					Batata, inhame e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Pirão (pimentão, tomate e cebola)
	ARROZ					Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO					Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA						Pão c/ frios + banana	Pão sabor baunilha+ mamão	Pão sabor coco+banana

CARDÁPIO DE 04 A 10 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 04/01	Mon 05/01	Tue 06/01	Wed 07/01	qui 08/01	sex 09/01	Sat 10/01
		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	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)	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)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Almôndega assada com molho escuro (fraldinha)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Purê de cará e abóbora	Creme de beterraba	Cenoura, pimentão e ceboia (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 branco	Arroz branco	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

CARDÁPIO DE 11 A 17 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 11/10	Mon 12/01	Tue 13/01	Wed 14/01	qui 15/01	sex 16/01	Sat 17/01
		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	PROTEÍNA	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 colorida (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	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	Bolonhesa (carne moída)	Lingüiça acebolada com molho ferrugem (lingüiça Toscana)	Bolinho de carne ao molho ferrugem (fraldinha)	Frango xadrez (peito de frango)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Almôndega assada com molho escuro (fraldinha)	Peixe empanado (steak de peixe)
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Purê de cará e abóbora	Creme de beterraba	Cenoura, pimentão e cebola (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 branco	Arroz Branco	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 coco+mamão	Pão sabor queijo+ banana	Pão c/ frios+mamão	Pão sabor baunilha+banana

CARDÁPIO DE 18 A 20 DE JANEIRO NORMAL - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PPDF)

		Sun 18/01	Mon 19/01	Tue	Wed	qui	sex	Sat
		2520 kcal	2410 kcal					
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 mista (cenoura, vegem 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 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					

CARDÁPIO DE 21 A 24 DE JANEIRO **NORMAL** - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFDF)

		Sun	Mon	Tue 20/01	Wed 21/01	qui 22/01	sex 23/01	Sat 24/01
DESJEJUM				2 Pães de sal c/ margarina + achocolatado	Pão careca c/marganica + 1 bolo e suco	2 Pães carecas c/ margarina + suco	2 Pães de sal c/ margarina + achocolatado	Pão de sal c/marganica + 1 bolo e suco
A L M O Ç O	PROTEINA			Jardineira de frango (filé de frango desfiado)	Feijoadada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (acém)	Misto ao molho ferrugem (acém bovino e paleta suína)	Frango empanado (steak de frango)	Carreteiro misto (acém bovino, pernil suíno e calabresa)
	GUARNIÇÃO			Batata doce e abobrinha	Farofa de berinjela	Creme de milho	Purê de abóbora	Chuchu refogado
	ARROZ			Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO			Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	SOBREMESA			Doces variados	Banana	Doces variados	Banana	Doces variados
J A N T A R	PROTEINA			Lingüiça toscana	Bolonhesa (carne moída)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Almôndega assada com molho escuro (fraldinha)	Strogonoff de frango (filé de frango)
	GUARNIÇÃO			Purê de cará	Macarrão espaguete	Inhame e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Dueto de batatas
	ARROZ			Arroz à branco	Arroz à branco	Arroz à branco	Arroz à branco	Arroz à branco
	FEIJÃO			Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA				2 Pães c/ frios + Banana	Biscoito + Mamão	2 Pães c/ frios + Banana	2 Pães c/ Frios + melão	Biscoito + Banana

CARDÁPIO DE 25 A 31 DE JANEIRO **"NORMAL"** - COMPLEXO PENITENCIÁRIO (CPP E PFDF)

		Sun 25/01	Mon 26/01	Tue 27/01	qua 28/01	qui 29/01	sex 30/01	sab 31/01
DESJEJUM		2 Pães de sal c/ margarina + achocolatado	1 Pão careca c/marganica + 1 bolo e suco	2 Pães de sal c/ margarina + achocolatado	1 Pão careca c/marganica + 1 bolo e suco	2 Pães de sal c/ margarina + achocolatado	2 Pães careca c/ margarina + achocolatado	1 Pão de sal c/marganica + 1 bolo e suco
A L M O Ç O	PROTEINA	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (acém)	Yakissoba de carne	Jardineira de frango (filé de frango desfiado)	Feijoada (Pé suíno, orelha suína, lingüiça calabresa, carne suína (paleta) e carne bovina (acém)	Misto ao molho ferrugem (acém bovino e paleta suína)	Frango empanado (steak de frango)	Carreteiro misto (acém bovino, pernil suíno e calabresa)
	GUARNIÇÃO	Farofa de abobrinha	Macarrão espaguete e cenoura	Batata doce e abobrinha	Farofa de berinjela	Creme de milho	Purê de abóbora	Chuchu refogado
	ARROZ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	FEIJÃO	Incluso na proteína	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	SOBREMESA	Doces variados	Banana	Doces variados	Banana	Doces variados	Banana	Doces variados
J A N T A R	PROTEINA	Peixe empanado (steak de tilápia)	Galinhada (coxa e sobrecoxa)	Lingüiça toscana	Bolonhesa (carne moída)	Frango cremoso (peito de frango desfiado)	Almôndega assada com molho escuro (fraldinha)	Strogonoff de frango (filé de frango)
	GUARNIÇÃO	Pirão (tomate, cebola e pimentão)	Polenta com quiabo	Purê de cará	Macarrão espaguete	Inhame e abobrinha	Pirão de carne com cenoura e tomate	Dueto de batatas
	ARROZ	Arroz à branco	Arroz c/ açafrão	Arroz à branco	Arroz à branco	Arroz à branco	Arroz à branco	Arroz à branco
	FEIJÃO	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
CEIA		Biscoito + Banana	2 Pães c/ frios + Melão	2 Pães c/ frios + Banana	Biscoito + Mamão	2 Pães c/ frios + Banana	2 Pães c/ frios + Melão	Biscoito + Banana