



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

sodexo
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

CARDÁPIO DEZEMBRO - BERÇÁRIO GRÃOS E SOPA

	07/01/2019	08/01/2019	09/01/2019	10/01/2019	11/01/2019
FRUTA	SUCO: LARANJA COM MAÇÃ	SUCO: BETERRABA COM LARANJA	SUCO: MELANCIA COM HORTELÃ	SUCO: MAMÃO	SUCO: MELÃO
ALMOÇO SOPA	BATATA, OVO BETERRABA BRÓCOLIS, LENTILHA CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	INHAME, AVEIA CENOURA COUVE FLOR, ESPINAFRE CUBOS DE FRANGO FRUTA: GOIABA	BATATA ABOBRINHA, CENOURA ERVILHA TIRAS DE FRANGO FRUTA: BANANA	BATATA, AVEIA ESCAROLA CHUCHU FEIJÃO E ISCA DE FRANGO FRUTA: MELANCIA	MANDIOQUINHA, OVO COUVE FLOR CENOURA, REPOLHO ROXO CARNE EM CUBOS FRUTA: MAMÃO
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO BRÓCOLIS CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO COUVE FLOR CUBOS DE FRANGO FRUTA: GOIABA	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA FRANGO EM CUBOS FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU ISCA DE FRANGO FRUTA: MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO PURÊ DE COUVE FLOR CARNE EM CUBOS FRUTA: MAMÃO
JANTAR	MANDIOQUINHA, ESCAROLA, CHUCHU, FRANGO FRUTA: PÊRA	BATATA, BETERRABA, ERVILHA, ISCA DE CARNE FRUTA: MELÃO	MANDIOQUINHA, LENTILHA, ESPINAFRE E PICADINHO FRUTA: MANGA	BATATA, BRÓCOLIS, CENOURA, LENTILHA E CUBOS DE CARNE FRUTA: MAÇÃ	MANDIOCA, CHUCHU, AGRIÃO, ABOBORA E FRANGO FRUTA: ABACATE
	14/01/2019	15/01/2019	16/01/2019	17/01/2019	18/01/2019
FRUTA	SUCO: MAÇÃ	SUCO: BETERRABA E LARANJA	SUCO: MELANCIA	SUCO: UVA	SUCO: GOIABA
ALMOÇO SOPA	BATATA, AVEIA BRÓCOLIS CENOURA CUBOS DE CARNE FRUTA: AMEIXA	BATATA, OVO CHUCHU BRÓCOLIS ISCA DE FRANGO FRUTA: MAMÃO	INHAME, AVEIA ESCAROLA CENOURA, ERVILHA, CUBOS DE FRANGO FRUTA: MAÇÃ	ARROZ CALDO DE FEIJÃO LENTILHA, ABÓBORA CARNE MOIDA FRUTA: MELÃO	INHAME, OVO CENOURA MANDIOQUINHA ISCA DE CARNE FRUTA: MANGA
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO ESCAROLA CUBOS DE CARNE FRUTA: AMEIXA	ARROZ / FEIJÃO BRÓCOLIS ISCA DE FRANGO FRUTA: MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO ESCAROLA CUBOS DE FRANGO FRUTA: MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO PURÊ DE ABÓBORA CARNE MOÍDA FRUTA: MELÃO	ARROZ / FEIJÃO CENOURA ISCA DE CARNE FRUTA: MANGA
JANTAR	BATATA, COUVE FLOR, CHUCHU, ABOBORA E FRANGO FRUTA: MANGA	MANDIOQUINHA, COUVE, ERVILHA E CARNE MOÍDA FRUTA: PÊRA	CARÁ, CENOURA, ERVILHA, ESPINAFRE E ISCA DE CARNE FRUTA: BANANA	MANDIOQUINHA, ERVILHA, ACELGA, CENOURA E FRANGO FRUTA: PÊRA	BATATA, MANDIOQUINHA, ESPINAFRE, SOJA E CARNE FRANGO FRUTA: MAÇÃ
	21/01/2019	22/01/2019	23/01/2019	24/01/2019	25/01/2019
FRUTA	SUCO: MELÃO	SUCO: GOIABA	SUCO: LARANJA COM CENOURA	SUCO: MELANCIA	SUCO: MANGA
ALMOÇO SOPA	INHAME, OVO ERVILHA ESPINAFRE ISCA DE CARNE FRUTA: MANGA	BATATA, AVEIA CHUCHU CENOURA ERVILHA E FRANGO FRUTA: MAMÃO	CARÁ REPOLHO ABOBRINHA CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	MANDIOQUINHA, OVO ABÓBORA VAGEM FRANGO EM CUBOS FRUTA: MAÇÃ	OVO COZIDO, INHAME CENOURA ESPINAFRE PICADINHO DE CARNE FRUTA: BANANA
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO ESPINAFRE ISCA DE CARNE FRUTA: MANGA	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU NA SALSA CUBINHOS DE FRANGO FRUTA: MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO VAGEM FRANGO EM CUBOS FRUTA: MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO ESPINAFRE PICADINHO DE CARNE FRUTA: BANANA
JANTAR	INHAME, ABOBRINHA, ERVILHA, ACELGA E FRANGO FRUTA: MAMÃO	ABÓBORA, MANDIOQUINHA, COUVE E CUBOS DE CARNE FRUTA: MAÇÃ	BATATA, BETERRABA, ESPINAFRE, ABÓBORA E CARNE FRUTA: AMEIXA	BATATA, CENOURA, LENTILHA, BETERRABA E CARNE FRUTA: PÊRA	MANDIOQUINHA, CENOURA, VAGEM, FRANGO DESFIADO FRUTA: MELÃO
	28/01/2019	29/01/2019	30/01/2019	31/01/2019	01/02/2019
FRUTA	SUCO: GOIABA	SUCO: UVA	SUCO: LARANJA COM MAMÃO	SUCO: LARANJA COM COUVE	SUCO: MELANCIA
ALMOÇO SOPA	BATATA, OVO SOJA ESCAROLA, ABÓBORA CUBOS DE FRANGO FRUTA: MELANCIA	INHAME, AVEIA BETERRABA FEIJÃO BRANCO ISCA DE CARNE FRUTA: MAMÃO	MANDIOQUINHA CENOURA ACELGA VAGEM E FRANGO EM CUBOS FRUTA: ABACATE	BATATA, AVEIA CENOURA FEIJÃO FRADINHO PICADINHO DE CARNE FRUTA: MELÃO	MANDIOQUINHA, AVEIA GRÃO DE BICO BETERRABA ISCAS DE FRANGO FRUTA: MAÇÃ
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA CUBOS DE FRANGO FRUTA: MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO BETERRABA ISCA DE CARNE FRUTA: MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO MISTA DE LEGUMES ISCA DE FRANGO FRUTA: ABACATE	ARROZ / FEIJÃO BATATA PICADINHO DE CARNE FRUTA: MELÃO	ARROZ / FEIJÃO MANDIOQUINHA FRANGO FRUTA: MAÇÃ
JANTAR	BATATA, CHUCHU, ACELGA E CARNE MOÍDA FRUTA: MAÇÃ	INHAME, CENOURA, ESPINAFRE E FRANGO FRUTA: MELÃO	BATATA, ABÓBORA, ESCAROLA E TIRAS DE CARNE FRUTA: BANANA	INHAME, CEBOURA, SOJA, REPOLHO, FRANGO FRUTA: MANGA	BATATA, MILHO, ESCAROLA E CUBOS DE CARNE FRUTA: MAMÃO