



CARDÁPIO DA CANTINA DE 2021/2022

Dezembro de 2021
(Sujeito a Mudanças)

Suco e frutas serão servidos todos os dias durante o lanche.

Dia	Data	Lanche da Manhã	Lanche da Tarde
Quarta	01/12/2021	Pão de abóbora c/ muçarela, barra de cereal caseira	Bolo de Banana, suco, fruta
Quinta	02/12/2021	Bolo formigueiro, barra de cereal caseira	Sequinhos, suco, fruta
Sexta	03/12/2021	Pão de sal integral c/ muçarela, barra de cereal caseira	Pão de queijo, suco, fruta
segunda	06/12/2021	Pão de batata c/ requeijão, barra de cereal caseira	Bolo de banana, suco, fruta
Terça	07/12/2021	Bolo de cenoura, barra de cereal caseira	Biscoito de polvilho caseiro, suco, fruta
Quinta	09/12/2021	Pão de queijo, barra de cereal caseira	Donuts, suco, fruta
Sexta	10/12/2021	Pão de sal c/ gergelim e muçarela, barra de cereal caseira	Bolo de banana, suco, fruta
Segunda	13/12/2021	Bolo formigueiro, barra de cereal caseira	Sequinhos, suco, fruta
Terça	14/12/2021	Esfirra de carne, barra de cereal caseira	Biscoito de polvilho caseiro, suco, fruta
Quarta	15/12/2021	Pão de queijo, barra de cereal caseira, iogurte	Bolo de banana, suco, fruta
Quinta	16/11/2021	Pão australiano c/ muçarela, barra de cereal caseira	logurte, suco, fruta
Sexta	17/12/2021	Pão de queijo, barra de cereal caseira	-----

Arroz, feijão, saladas, sucos e frutas serão servidos todos os dias durante o almoço. Opção para vegetarianos.

Dia	Data	Cardápio de Almoço
Quarta	01/12/2021	Carne moída, cubos de frango, nhoque, brócolis
Quinta	02/12/2021	Cubos suínos, peixe mediterrâneo, batata sauté, repolho
Sexta	03/12/2021	Filé de coxa, costelinha, virado de milho, couve
Segunda	06/12/2021	Cubos de frango, capelletti de queijo c/ molho sugo, cenoura sauté, almeirão, salada de frutas
Terça	07/12/2021	Carne de porco assada, frango grelhado, farofa, abacaxi grelhado
Quinta	09/12/2021	Isca de boi, coxinha da asa assada, creme de milho, vagem
Sexta	10/12/2021	Carne de boi assada, bife de frango, batata sauté, chicória
Segunda	13/12/2021	Carne moída, omelete de espinafre, legumes sauté, couve flor, salada de frutas
Terça	14/12/2021	Bife a rolê, mini pão de sal, cubos de frango vagem, moranga
Quarta	15/12/2021	Almondegas de frango c/ molho sugo, isca de boi, espaguete, chicória
Quinta	16/12/2021	Strogonoff de boi, isca de frango, batata assada, brócolis