

**Cardápio do Almoço -  
Janeiro 2022**

03/01/2022	04/01/2022	05/01/2022	06/01/2022	07/01/2022
ARROZ FEIJÃO  ISCAS DE FRANGO MASSA COLORIDA COM MOLHO CENOURA À VAPOR ALFACE TOMATE  CHUCHU COM OVOS ÁGUA NATURAL	ARROZ LENTILHA PICADO DE CARNE AO MOLHO LEGUMES AO FORNO  FAROFA ALFACE TOMATE  PEPINO ÁGUA NATURAL E SABORIZADA	ARROZ FEIJÃO  PEIXE ASSADO  PURÊ DE COR BRÓCOLIS COM MILHO ALFACE ABACAXI  CENOURA COZIDA ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO  MOÍDA DE CARNE  BOLINHO DE ESPINAFRE OVOS MEXIDOS COM QUEIJO ALFACE TOMATE  ABACAXI ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO  FILEZINHO SUINO ASSADO  BATATA CORADA FAROFA ALFACE MAMÃO  BETERRABA COZIDA ÁGUA NATURAL
10/01/2022	11/01/2022	12/01/2022	13/01/2022	14/01/2022
ARROZ FEIJÃO CUBINHOS DE FRANGO AO SUGO  POLENTA CREMOSA REPOLHO REFOGADO ALFACE PEPINO BETERRABA RALADA ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO ISCAS DE PEIXE AO FORNO  PURÊ DE BATATA CENOURA COM MILHO ALFACE TOMATE BROTOS ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO CARIOQUINHA FRANGO ASSADO  ESPAGUETE NA MANTEIGA JARDINEIRA DE LEGUMES ALFACE CENOURA LARANJA ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO CUBINHOS DE CARNE DE PANELA MORANGA CABOTIÁ EM CUBOS REPOLHO REFOGADO ALFACE MAMÃO GRÃO DE BICO ÁGUA NATURAL E SABORIZADA	ARROZ FEIJÃO PANQUECA DE CARNE  CHUCHU COM OVOS BRÓCOLIS COM COUVE- FLOR À VAPOR ALFACE TOMATE SALADA DE BATATA ÁGUA NATURAL
17/01/2022	18/01/2022	19/01/2022	20/01/2022	21/01/2022
CARRETEIRO FEIJÃO  OVOS COZIDOS COUVE À VAPOR  FAROFA ALFACE TOMATE PEPINO ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO ISCAS DE FRANGO GRELHADO PASTELZINHO DE QUEIJO AO FORNO REPOLHO REFOGADO ALFACE TOMATE COUVE-FLOR ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO ISCAS DE FILEZINHO SUINO  FAROFA LEGUMES REFOGADOS ALFACE MAMÃO BRÓCOLIS ÁGUA NATURAL E SABORIZADA	ARROZ LENTILHA PEIXE AO FORNO BATATA AO MOLHO BRANCO CENOURA COM MILHO REFOGADA ALFACE TOMATE BETERRABA COZIDA ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE  BOLINHO DE ARROZ PURÊ DE MORANGA CABOTIÁ ALFACE MELÃO BROTOS ÁGUA NATURAL
24/01/2022	25/01/2022	26/01/2022	27/01/2022	28/01/2022
ARROZ FEIJÃO MOÍDA DE CARNE AO SUGO COUVE CHINESA REFOGADA POLENTA GRATINADA ALFACE TOMATE CENOURA COM OVOS ÁGUA NATURAL	ARROZ LENTILHA FILEZINHO DE FRANGO AO FUBA MACARRÃO COLORIDO AO SUGO BRÓCOLIS REGOGADO ALFACE TOMATE BROTOS ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO ISCAS DE PEIXE À DORE BATATA AO FORNO JARDINEIRA DE LEGUMES ALFACE MAMÃO COUVE-FLOR ÁGUA NATURAL E SABORIZADA	RISOTO FEIJÃO OVOS PICADOS BATATA DOCE EM PALITOS CENOURA COM ERVILHAS ALFACE TOMATE BETERRABA COZIDA ÁGUA NATURAL	ARROZ FEIJÃO PANQUECA DE FRANGO MORANGA COM MILHO COUVE REFOGADA ALFACE TOMATE MELANCIA ÁGUA NATURAL
31/01/2022				
ARROZ FEIJÃO FRICASSE DE FRANGO MASSA NA MANTEIGA BRÓCOLIS REFOGADO ALFACE TOMATE BETERRABA ÁGUA NATURAL				