

# CARDÁPIO ALMOÇO - Agosto de 2025



| segunda-feira                                                                                        | terça-feira                                                                                                    | quarta-feira                                                                                | quinta-feira                                                                              | sexta-feira                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                      |                                                                                                                |                                                                                             | 31 Espetinho de frango<br>Macarrão ao sugo<br>Quiabo refogado<br>Alface, tomate, chuchu   | 01 Lombo assado<br>Farofa<br>Salada de maionese<br>Alface, tomate                               |
| 04 Frango à milanesa<br>Torta de abobrinha<br>Ovos cozidos<br>Alface, tomate                         | 05 Panqueca de frango e de<br>queijo; molho branco e<br>vermelho.<br>Vagem refogada<br>Alface, tomate e pepino | 06 Filé suíno grelhado<br>Batata doce assada<br>Couve refogada<br>Alface, tomate e brócolis | 07 Frango assado<br>Bolinho de arroz<br>Chuchu refogado<br>Alface, tomate e rúcula        | 08 Carne moída refogada<br>Macarrão ao sugo<br>Abobrinha refogada<br>Alface, tomate e beterraba |
| 11 Isca de carne grelhada<br>Batata corada<br>Palitinhos de cenoura<br>Alface e vinagrete de repolho | 12 Fricassê de frango<br>(Frango com batata palha)<br>Brócolis ao alho e óleo<br>Alface, tomate e cenoura      | 13 Peixe à dorê<br>Purê de abóbora<br>Quiabo refogado<br>Alface, tomate, pepino             | 14 Bife grelhado acebolado<br>Suflê de cenoura<br>Vagem refogada<br>Alface, tomate        | 15 Hambúrguer caseiro<br>de frango<br>Creme de milho<br>Alface, tomate                          |
| 18 Filé suíno grelhado<br>Torta de legumes<br>Ovos cozidos<br>Alface, tomate, couve-flor             | 19 Picadinho<br>Milho na manteiga<br>Abobrinha refogada<br>Alface, tomate e rúcula                             | 20 Frango assado<br>Macarrão ao sugo<br>Escarola refogada<br>Alface, tomate                 | 21 Mini feijoada<br>Farofa<br>Couve refogada<br>Alface, tomate, pepino                    | 22 Frango à pizzaiolo<br>Seleta de legumes<br>Alface, tomate                                    |
| 25 Filé de frango<br>Batata doce assada<br>Chuchu refogado<br>Alface, tomate e pepino                | 26 Isca de frango grelhada<br>Purê de batata<br>Repolho refogado<br>Alface, tomate, brócolis                   | 27 Hambúrguer caseiro de<br>carne<br>Seleta de legumes<br>Alface, tomate, rúcula            | 28 Estrogonofe de frango<br>Batata palha<br>Berinjela refogada<br>Alface, tomate, cenoura | 29 Peixe à dorê<br>Creme de espinafre<br>Palitinhos de cenoura<br>Alface, tomate                |

## CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Acompanha diariamente arroz branco e arroz integral, feijão e salada (alface e tomate)

Nutricionista Responsável – Két Vargas – CRN3 – 15.209 - Contato – ket.alves@redealix.org.br