

**CARDÁPIO SEMANAL  
SETEMBRO- 2025**

<b>SEGUNDA-FEIRA 01/09/2025</b>	<b>TERÇA-FEIRA 02/09/2025</b>	<b>QUARTA-FEIRA 03/09/2025</b>	<b>QUINTA-FEIRA 04/09/2025</b>	<b>SEXTA – FEIRA 05/09/2025</b>
- Macarrão com molho a bolonhesa (carne moída) - Salada	- Arroz - Feijão - Frango Peito (com Osso) ao molho - Salada	- Arroz Feijão - Carne bovina (Pacu da Fraldinha) refogada com cebola - Salada	- Arroz - Feijão - Coxa e sobrecoxa assada com batatas, cebola e tomate. - Salada	- Arroz - Feijão cozido c/ lentilha - Carne Bovina (Coxão Duro) cozida com legumes. - Salada

<b>Composição nutricional (média semanal)</b>	<b>Energia</b>	<b>Proteína</b>	<b>Carboidrato</b>	<b>Lipídio</b>
	487,26 Kcal	23 g	51 g	23 g

**CARDÁPIO SEMANAL**  
**SETEMBRO- 2025**

<b>SEGUNDA-FEIRA</b> <b>08/09/2025</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b> <b>09/09/2025</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b> <b>10/09/2025</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b> <b>11/09/2025</b>	<b>SEXTA – FEIRA</b> <b>12/09/2025</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Farofa de ovo com legumes</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Carne cozida com batata e cenoura</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Canjiquinha mineira</li> <li>- Carne Suína Cozida/Refogada com cebola picadinha e cheiro verde</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Filé de Coxa/Sobrecoxa refogado, cebola, cheiro verde e para finalizar tomates picadinhos</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Quibe assado (trigo para quibe + Carne Bovina Moída), cenoura e abobrinha raladas, cebola, tomate e cheiro verde picados</li> <li>- Salada</li> </ul>

<b>Composição nutricional (média semanal)</b>	<b>Energia</b>	<b>Proteína</b>	<b>Carboidrato</b>	<b>Lipídio</b>
	467,84 Kcal	25 g	67 g	11 g

## CARDÁPIO SEMANAL

### SETEMBRO- 2025

SEGUNDA-FEIRA 15/09/2025	TERÇA-FEIRA 16/09/2025	QUARTA-FEIRA 17/09/2025	QUINTA-FEIRA 18/09/2025	SEXTA – FEIRA 19/09/2025
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Carne moída com legumes</li> <li>-Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Filé de Peito de Frango em cubos, refogado c/ colorau, tomate, orégano e cheiro verde</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Carne bovina (Pacu da Fraldinha) ao molho com batata</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Carne suína refogada acebolada</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Carne Bovina (Posta Vermelha) cozida com Grão de Bico e cenoura ralada.</li> <li>- Salada</li> </ul>

Composição nutricional (média semanal)	Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
	495,39 Kcal	28 g	68 g	13 g

## CARDÁPIO SEMANAL

### SETEMBRO - 2025

SEGUNDA-FEIRA 22/09/2025	TERÇA-FEIRA 23/09/2025	QUARTA-FEIRA 24/09/2025	QUINTA-FEIRA 25/09/2025	SEXTA - FEIRA 26/09/2025
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Omelete assada c/legumes</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Feijão</li> <li>- Carne Bovina (Pacu da Fraldinha) cozida com mandioca (vaca Atolada)</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- Polenta</li> <li>- Molho de carne bovina moída.</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>-Feijão</li> <li>- Estrogonofe de Peito de frango sem leite (grão de bico batido)</li> <li>- Salada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Arroz</li> <li>-Feijão</li> <li>- Filé de coxa assada com batata</li> <li>-Salada</li> </ul>

Composição nutricional (média semanal)	Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
	438,26 Kcal	25 g	59 g	12 g

<b>CARDÁPIO SEMANAL</b>				
<b>SETEMBRO- 2025</b>				
<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA – FEIRA</b>
<b>29/09/2025</b>	<b>30/09/2025</b>	<b>01/10/2025</b>	<b>02/10/2025</b>	<b>03/10/2025</b>
- Arroz com carne moída e legumes  - Salada	- Arroz  - Feijão  - Carne Suína cozida/refogada com alho, cebola e cheiro verde  - Salada	- Arroz  -Feijão  - Carne bovina (Pacu) cozida com legumes	- Arroz  - Feijão  - Coxa/sobrecoxa assada com batata doce  - Salada	- Arroz  - Feijão  Carne bovina moída ao molho, milho e ervilha  - Salada

<b>Composição nutricional (média semanal)</b>	<b>Energia</b>	<b>Proteína</b>	<b>Carboidrato</b>	<b>Lipídio</b>
	465,14 Kcal	27 g	11 g	63 g