

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX - SÃO CAETANO DO SUL - DEZEMBRO DE 2015 E JANEIRO DE 2016								
Dezembro	Almoço	27-dez DOMINGO	28-dez SEGUNDA	29-dez TERÇA	30-dez QUARTA	31-dez QUINTA	1-jan SEXTA	2-jan SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Quibe de forno	Copa lombo grelhada	Calabresa assada com cebola	Filé de coxa assada	Cupim assado	Strogonoff de carne	Carne moída à primavera
	GUARNIÇÃO	Seleto de legumes	Virado de folhas	Batatas coradas	Abobrinha refogada	Farofa	Batata Palha	Berinjela à napolitana
	SALADA	Legumes	Folhas	Legumes	Legumes	Folhas	Legumes	Legumes
	SOBREMESA	Fruta	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce	Fruta
Dezembro	Jantar	27-dez DOMINGO	28-dez SEGUNDA	29-dez TERÇA	30-dez QUARTA	31-dez QUINTA	1-jan SEXTA	2-jan SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Linguiça assada c/cebola	Fricassé	Hamburguer à pizzaiolo	Picadinho de carne	Filé de coxa	Cupim assado	Peixe ao forno
	GUARNIÇÃO	Couve à mineira	Batata palha	Jardineira de legumes	Purê de batata	Abóbora refogada	Creme de milho	Pirão
	SALADA	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Cenoura	Folhas	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX - SÃO CAETANO DO SUL - JANEIRO DE 2016								
1ª semana	Almoço	3-jan	4-jan	5-jan	6-jan	7-jan	8-jan	9-jan
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Picadinho à Portuguesa	Frango xadrez	Quibe de forno	Linguiça Toscana assada	Picadinho ao molho Roty	Filé de frango a molho de queijo	Carne moída
	GUARNIÇÃO	Purê de batata	Chuchu na salsa	Seleto de legumes	Farofa rica	Chuchu refogado	Batata rustica ao alecrim	Legumes verdes
	SALADA	Legumes	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce	Doce
1ª semana	Jantar	8-nov	9-nov	10-nov	11-nov	12-nov	13-nov	14-nov
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Frango à baiana	Almôndegas ao sugo	Carne ao molho com requeijão	Filé de coxa assada	Omelete de legumes	Cupim assado	Cachorro quente de forno
	GUARNIÇÃO	Polenta cremosa	Virado de legumes	Ratatouille	Creme de milho	Acelga e cenoura	Quibebe	Purê c/ alho poró
	SALADA	Legumes	Folhas	Legumes	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX - SÃO CAETANO DO SUL - JANEIRO DE 2016								
2ª semana	Almoço	10-jan	11-jan	12-jan	13-jan	14-jan	15-jan	16-jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Bife à parmegiana	Steak de forno	Filé de coxa	Strogonoff de carne	Torta madalena	Copa Lombo	Carne assada ao molho de azeitonas
	GUARNIÇÃO	Abóbora refogada c/ gengibre	Cenoura palito na manteiga e cheiro verde	Creme de milho	Batata palha	Cenoura c/ milho verde	Quibebe	Farofa Rústica
	SALADA	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce
2ª semana	Jantar	10-jan	11-jan	12-jan	13-jan	14-jan	15-jan	16-jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Carne com mandioca	Frango assado na maionese	Peixe ao forno	Carne à chilena	Filé de coxa grelhado	Bife acebolado	Frango á rolê
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batata crocante	Pirão	Abóbora com tomate	Creme de milho	Torta de legumes	Purê misto
	SALADA	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas	Legumes	Folhas
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÊX - SÃO CAETANO DO SUL - JANEIRO DE 2016								
3ª semana	Almoço	17-jan	18-jan	19-jan	20-jan	21-jan	22-jan	23-jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Picadinho c/ batata	Hamburguer á pizzaiole	Tiras de frango a chinesa	Linguiça acebolada	Escondidinho de frango	Assado ao molho ferrugem	Peixe ao forno
	GUARNIÇÃO	Repolho refogado	Batata corada na manteiga	Berinjela refogada c/ orégano e cheiro verde	Macarrão ao sugo	Mix de folhas	Farofa	Pirão
	SALADA	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas	Legumes	Legumes	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce	Doce
3ª semana	Jantar	17-jan	18-jan	19-jan	20-jan	21-jan	22-jan	23-jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Frango xadrez	Strogonoff de carne	Salsicha acebolada	Almôndegas	Copa Lombo grelhado	Sobrecoca de frango assada	Peito de frango ao molho de queijo
	GUARNIÇÃO	Acelga ao bacon	Batata palha	Purê à cabocla	Cenoura palito refogada	Repolho refogado	Quibebe com cebolinha	Batata sautê
	SALADA	Folhas	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Legumes	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÊX - SÃO CAETANO DO SUL - JANEIRO DE 2016								
4ª semana	Almoço	24-jan	25-jan	26-jan	27-jan	28-jan	29-jan	30-jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Copa lombo assado ao molho de laranja	Salsicha ao sugo	Torta madalena	Strogonoff de frango	Filé de coxa assada	Pernil assado	Picadinho ao molho Roty
	GUARNIÇÃO	Tutu de feijão	Jardineira de legumes	Mix de folhas	Batata palha	Macarrão ao sugo	Purê misto	Repolho ao alho e óleo
	SALADA	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce
4ª semana	Jantar	24-jan	25-jan	26-jan	27-jan	28-jan	29-jan	30-jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL CAPS	Frango assado	Carne moída c/ cheiro verde	Cachorro quente de forno	Sobrecoca de frango asasada na maionese	Pernil assado	Picado misto	Almondegas ao sugo
	GUARNIÇÃO	Chuchu refogado	Macarrão ao sugo	Purê	Batata e cenoura na manteiga	Creme de milho	Ratatouille	Macarrão gratinado
	SALADA	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes	Legumes	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITEX - SÃO CAETANO DO SUL - JANEIRO DE 2016

5ª semana	Almoço	31-jan
		Domingo
	PRATO PRINCIPAL	Quibe de forno
	CAPS	
	GUARNIÇÃO	Seleto de legumes
	SALADA	Legumes
	SOBREMESA	Doce
5ª semana	Jantar	31-jan
		Domingo
	PRATO PRINCIPAL	Linguiça assada c/ cebola
	CAPS	
	GUARNIÇÃO	Couve à mineira
	SALADA	Legumes
	SOBREMESA	Doce