

CARDÁPIO - REFEIÇÕES - SCS- NOVEMBRO DE 2016								
1ª SEMANA - NOVEMBRO	<b>Almoço</b>	30-out	31-out	1-nov	2-nov	3-nov	4-nov	5-nov
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL			Filé de Coxa grelhado	Peixe á Portuguesa	Bife de Panela	Fricassê	Almôndegas ao Sugo
	Opção			Hamburguer	Linguiça Acebolada	Steak	Salsicha	
	GUARNIÇÃO			Mix de folhas	Legumes na Manteiga	Abobrinha Refogada	Batata Palha	Macarrão alho e óleo
	SALADA			Legumes	Folhas	Grão	Folhas	Folhas
	SOBREMESA			Fruta	Doce	Doce	Fruta	Doce
1ª SEMANA - NOVEMBRO								
	<b>Jantar</b>	30-out	31-out	1-nov	2-nov	3-nov	4-nov	5-nov
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Frango assado	Escondidinho de Carne	Steak á Pizzaiolo	Carne de Panela	Bife á Parmegiana	Filé de Coxa assada	Bisteca ao molho Barbecue
	Opção		Salsicha ao sugo	Omelete de legumes de forno	Isclas de Frango acebolada	Steak	Linguiça	
	GUARNIÇÃO	Chuchu Refogado	Berinjela ao Forno	Purê Gratinado	Panachê de Legumes	Escarola Refogada	Creme de milho	Virado de milho
	SALADA	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Fruta	Paçoca	Fruta	Fruta	Doce	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES - SCS - NOVEMBRO DE 2016								
2ª SEMANA - NOVEMBRO	Almoço	6-nov	7-nov	8-nov	9-nov	10-nov	11-nov	12-nov
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Sobrecoxa assada com alecrim	Quibe de forno com queijo	Filé de Coxa grelhado	Feijoada	Hamburguer ao Pizzaiolo	Strogonoff de Frango	Cubos Mistos (Carne, frango e calabreza)
	OPÇÃO		Steak	Carne Moída com Tomates	Salsicha ao Sugo	Omelete de forno	Hamburguer com queijo	
	GUARNIÇÃO	Purê cabocla	Acelga refogada	Creme de Milho	Farofa de Couve	Abobrinha Refogada	Batata Palha	Mix de folhas
	SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas
	SOBREMESA	Doce	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Doce	Fruta
2ª SEMANA - NOVEMBRO	Jantar	6-nov	7-nov	8-nov	9-nov	10-nov	11-nov	12-nov
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Cubos de Carne com cebola e shoyu	Rolê Frango	Feijoada	Carne Grelhada ao alho	Frango Caipira	Linguiça ao Vinagrete	Tiras de Carnes ao molho Tomate
	OPÇÃO		Salsicha	Steak	Omelete de Forno	Almondegas	Iscas de Frango	
	GUARNIÇÃO	Mix de folhas	Purê Gratinado	Farofa de Couve	Macarrão ao Sugo	Polenta	Virado de abobrinha	Batata Corada
	SALADA	folhas	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes
	SOBREMESA	Fruta	Doce	Fruta	Fruta	Doce	Fruta	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES - SCS- NOVEMBRO DE 2016								
3ª SEMANA - NOVEMBRO	Almoço	13-nov	14-nov	15-nov	16-nov	17-nov	18-nov	19-nov
		Domingo	Segunda	Terça - FERIADO	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Bife à Parmegiana	Bisteca Suína Barbecue	Frango Xadrez	Frango Assado	Cupim assado ao Alho	Almôndegas com molho à parmegiana	Lasanha
	OPÇÃO		Almôndegas	Salsicha	Hamburguer	Omelete de forno	Isclas de Frango	
	GUARNIÇÃO	Cenoura com ervas frescas	Virado de Legumes	Batata Palha	Creme de Milho	Caponata de Berinjela	Macarrão ao alho, óleo e manjericão	Acelga refogada com bacon
	SALADA	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas
SOBREMESA		Doce	Fruta	Doce	Doce	Doce	Doce	Fruta
3ª SEMANA - NOVEMBRO	Jantar	13-nov	14-nov	15-nov	16-nov	17-nov	18-nov	19-nov
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Cubos de Frango ao molho Curry	Fricassé de Frango	Filé de Frango à parmegiana	Picadinho de carne	Bife à Chipolata	Filé de coxa	Lagarto ao molho ferrugem
	OPÇÃO		Hamburguer	Almôndegas	Isclas de frango	Omelete de forno	Linguiça assada	
	GUARNIÇÃO	Farofa	Batata Palha	Jardineira de Legumes	Purê de Batata	Abobrinha com tomate	Macarrão ao sugo	Beringela ao forno
	SALADA	Grãos	legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes
SOBREMESA		Fruta	Doce	Fruta	Fruta	Doce	Fruta	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES - SCS - NOVENBRO DE 2016								
4ª SEMANA - NOVENBRO	Almoço	20-nov DOMINGO	21-nov SEGUNDA	22-nov TERÇA	23-nov QUARTA	24-nov QUINTA	25-nov SEXTA	26-nov SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Copa Lombo ao molho barbecue	Fricassé de Frango	Quibe de forno	Cubos de Carne caipira	Steak ao Pizzaiolo	Carne Assada recheada calabreza	Feijoada
	OPÇÃO		Hamburguer	Frango desfiado	Steak	Omelete de forno	Linguiça assada	
	GUARNIÇÃO	Virado de Abobrinha	Batata Palha	Repolho com cenoura refogado	Ratatouille	Legumes sauté	Batata na manteiga	Farofa de couve
	SALADA	Legumes	Folhas	legumes	Grãos	Legumes	Folhas	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Fruta	Doce	Doce	Fruta	Fruta	Fruta
4ª SEMANA - NOVENBRO	Jantar	20-nov DOMINGO	21-nov SEGUNDA	22-nov TERÇA	23-nov QUARTA	24-nov QUINTA	25-nov SEXTA	26-nov SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Rolê de Frango	Carne Assada	Linguiça Assada	Ensopado de Frango	Cação à Baiana	Feijoada	Frango assado
	OPÇÃO		Frango desfiado	Isclas de Carne	Omelete de legumes	Steak	Salsicha	
	GUARNIÇÃO	Creme de Milho	Polenta	Virado de Milho	Abobrinha refogada	Legumes sauté	Farofa de couve	Batata corada
	SALADA	Folhas	Folhas	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Folhas
	SOBREMESA	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Doce	Fruta	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES - SCS- NOVENBRO DE 2016								
5ª SEMANA - NOVENBRO	Almoço	27-nov	28-nov	29-nov	30-nov	1-dez	2-dez	3-dez
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Filé de Frango ao Pizzaiolo	Lagarto assado ao molho ferrugem	Linguiça calabreza	Frango Xadrez			
	OPÇÃO		Iscas de frango	Omelete de forno	Hamburguer			
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Batata Corada	Virado de Couve	Mix de folhas com cenoura			
	SALADA	Folhas	Legumes	Legumes	Folhas			
	SOBREMESA	Doce	Fruta	Doce	Fruta			
5ª SEMANA - NOVENBRO	Jantar	27-nov	28-nov	29-nov	30-nov	1-dez	2-dez	3-dez
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Cupim	Filé de Coxa Grelhado	Carne de Panela	Pernil à California			
	OPÇÃO		Omelete de legumes	Steak	Almôndegas			
	GUARNIÇÃO	Batata Corada	Polenta ao Sugo	Purê à impetriz	Quibebe			
	SALADA	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas			
	SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Doce			