

SÃO CAETANO

Cardápio Marmitex Semanal - MARÇO/2015

DATA	8-Mar	9-Mar	10-Mar	11-Mar	12-Mar	13-Mar
ALMOÇO						
2ª semana	Domingo	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Prato principal	Frango Xadrez	Quibe recheado	Carne assada	Strogonoff de frango	Carne de Panela	Lagarto assado
Opção		Nuggets de Queijo	Omelete de forno	Carne moída com azeitonas	Torta salgada	Almondegas
Guarnição	Dueto de Legumes	Abobrinha refogada	Quibebe	Batata	Lasanha	Cuscuz de legumes
Salada	Legumes	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas
Sobremesa	Doce	Doce	Fruta	Doce	Fruta	Doce
Bebida	suco	suco	suco	suco	suco	suco
JANTAR						
2ª semana	Domingo	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Prato principal	Carne refogada com bacon	Cupim Assado	Carne Moída c/Legumes	Peixe ao Forno	Figado em cubos ao Molho de ervas	Bife de Panela
Opção		Torta de frios	Nuggets	Hamburguer	Almondegas	Tiras de peixe
Guarnição	Repolho bicolor	Virado de legumes	Cenoura Sautè	Purê de batatas	Jardineira de legumes c/ salsa	Farofa de bacon
Salada	Legumes	Folhas	Folhas	Grãos	Folhas	Legumes
Sobremesa	Doce	Fruta	Fruta	Doce	Doce	Doce
Bebida	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco

14-Mar
Sabado
Filé de coxa grelhado
Abóbora com cheiro verde
Folhas
Fruta
suco
Sabado
Peito de frango ao molho de queijo
Legumes Mistos
Legumes
Doce
Suco

SÃO CAETANO

Cardápio Marmitex Semanal - MARÇO/2015

DATA	22-Mar	23-Mar	24-Mar	25-Mar	26-Mar	27-Mar	28-Mar
ALMOÇO							
4ª semana	Domingo	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sabado
Prato principal	Carne de Panela c/Batata	Frango á Caçadora	Lombo assado	Lagarto	Frango xadrez	Filé de coxa	Carne assada
Opção		Torta de carne c/queijo	Omelete de Legumes	Almondegas Gratinada	Hamburguer à Pizzaiolo	Almondegas	
Guarnição	Cenoura c/ acelga	Macarrão á Primavera	Batata doce ao forno	Abobora	Abobrinha Napolitana	Creme de espinafre	Batata Corada
Salada	Grãos	Folhas	Legumes	legumes	Legumes	Legumes	Folhas
Sobremesa	Doce	fruta	Doce	Fruta	Doce	Doce	fruta
Bebida	suco	suco	suco	suco	suco	suco	suco
JANTAR							
4ª semana	Domingo	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sabado
Prato principal	Carne assada	Picadinho c/ Páprica	Quibe	Fígado	Peixe ao forno c/Legumes	Tiras de carne	Cuim assado
Opção		Hamburguer	Almondegas de frango	Nuggets	Tiras de carne	Nuggets	
Guarnição	Chuchu refogado	Abobora	Abobrinha	Virado	Pirão	Macarrão á bolognesa	Mix folhas
Salada	Folhas	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes
Sobremesa	Doce	Frutas	Doce	Doce	Doce	Fruta	Doce
Bebida	Suco	Suco	Suco	suco	Suco	Suco	Suco

SÃO CAETANO

Cardápio Marmitex Semanal MARÇO/2015

DATA	29-Mar	30-Mar	31-Mar
ALMOÇO			
5ª semana	Domingo	2ª feira	3ª feira
Prato principal	Bife de Panela	Carne assada ao M.de Ervas	Fricassê de frango
Opção		Tiras de Peixe	Almondegas
Guarnição	Couve refogada	Farofa de bacon	batata Palha
Salada	Legumes	Legumes	Legumes
Sobremesa	Doce	Fruta	Doce
Bebida	suco	suco	suco
JANTAR			
5ª semana	Domingo	2ª feira	3ª feira
Prato principal	Frango c/ Molho e cebolas douradas	Carne em cubos	Almondegas assada de Frango
Opção		Torta de frios	Nuggets
Guarnição	Mix de Folhas refogadas c/ Bacon	Abobrinha gratinada	Cenoura
Salada	Legumes	Grãos	Folhas
Sobremesa	Doce	fruta	Fruta
Bebida	Suco	Suco	Suco