

CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS - JULHO/2023




Instituto de Integração
Social de Barueri



PREFEITURA DE
COTIA

1º Quinzena - Almoço


Dia da Semana	Almoço - 11h00
segunda-feira, 3 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Linguça Toscana Frita Acebolada / Salada de Repolho com Tomate / Moranguete
terça-feira, 4 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Stogonoff de Frango / Batata Palha / Salada de Acelga com Tomate / Fruta - Laranja
quarta-feira, 5 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Carne em Cubos com Cenoura e Batata / Salada de Alface com Pepino / Mousse de Limão
quinta-feira, 6 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Filé de Peixe Emapanado / Purê de Batata / Fruta - Maçã
sexta-feira, 7 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Iscas de Carne Acebolada / Macarrão Alho e Óleo / Salada de Alface com Tomate / Gelatina
sábado, 8 de julho de 2023	SÁBADO
domingo, 9 de julho de 2023	DOMINGO
segunda-feira, 10 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Steak de Frango / Macarrão ao Sugo / Canudo Doce de Leite
terça-feira, 11 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Panqueca de Carne / Salada de Pepino com Tomate / Fruta - Melancia
quarta-feira, 12 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Filé de Frango Grelhado / Creme de Espinafre / Salada de Rúcula com Tomate / Manjar com Calda
quinta-feira, 13 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Linguça Calabresa Acebolada / Farofa / Salada de Repolho com Tomate / Fruta - Abacaxi
sexta-feira, 14 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Carne Moída com Batata / Salada de Alface com Tomate / Gelatina
sábado, 15 de julho de 2023	SÁBADO
domingo, 16 de julho de 2023	DOMINGO



Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

2º Quinzena - Almoço

Dia da Semana	Almoço - 11h00
segunda-feira, 17 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Linguça Toscana Frita Acebolada / Salada de Repolho com Tomate / Dan Top
terça-feira, 18 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Stogonoff de Frango / Batata Palha / Salada de Acelga com Tomate / Fruta - Melancia
quarta-feira, 19 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Carne em Cubos com Cenoura e Batata / Salada de Alface com Pepino / Mousse de Maracujá
quinta-feira, 20 de julho de 2023	Arroz / Feijoada / Couve Refogada / Farofa / Fruta - Laranja
sexta-feira, 21 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Iscas de Carne à Milanesa / Macarrão Alho e Óleo / Salada de Alface com Tomate / Gelatina
sábado, 22 de julho de 2023	SÁBADO
domingo, 23 de julho de 2023	DOMINGO
segunda-feira, 24 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Steak de Frango / Purê / Moranguete
terça-feira, 25 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Panqueca de Calabresa / Salada de Beterraba / Fruta - Melancia
quarta-feira, 26 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Filé de Frango à Milanesa / Creme de Milho / Salada de Rúcula com Tomate / Brigadeiro
quinta-feira, 27 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Linguça Calabresa Acebolada / Farofa / Salada de Repolho com Tomate / Fruta - Maçã
sexta-feira, 28 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Lasanha à bolonhesa / Salada de Alface com Tomate / Bolo Mousse de Chocolate
sábado, 29 de julho de 2023	SÁBADO
domingo, 30 de julho de 2023	DOMINGO
segunda-feira, 31 de julho de 2023	Arroz / Feijão / Hambúrguer ao Pomodoro / Batata Frita / Paçoquinha



Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077