

# CARDÁPIO DE FUNCIONÁRIOS - MARÇO/2022



Instituto de Integração  
Social de Barueri



PREFEITURA DE  
**COTIA**

# 1º Quinzena - Almoço

Dia da Semana	Almoço - 11h00
terça-feira, 1 de março de 2022	CARNAVAL
quarta-feira, 2 de março de 2022	CINZAS
quinta-feira, 3 de março de 2022	Arroz / Feijão Preto / Bisteca Acebolada / Farofa / Repolho com Tomate / Curau
sexta-feira, 4 de março de 2022	Arroz / Feijão / Filé de Frango à Milanese / Creme de Milho / Alface / Fruta
sábado, 5 de março de 2022	SÁBADO
domingo, 6 de março de 2022	DOMINGO
segunda-feira, 7 de março de 2022	Arroz / Feijão / Salsicha ao Sugo / Purê / Repolho com Tomate / Fruta - Melancia
terça-feira, 8 de março de 2022	Arroz / Feijão / Filé de Peixe Empanado / Beterraba Cozida / Pudim de Baunilha
quarta-feira, 9 de março de 2022	Arroz / Feijão / Iscas de Carne Acebolada / Alface com Tomate / Fruta - Laranja
quinta-feira, 10 de março de 2022	Arroz / Feijão / Almôndegas ao Sugo / Macarrão Alho e Óleo / Doce de Batata
sexta-feira, 11 de março de 2022	Arroz / Feijão / Filé de Frango Acebolado / Pepino com Tomate / Gelatina
sábado, 12 de março de 2022	SÁBADO
domingo, 13 de março de 2022	DOMINGO
segunda-feira, 14 de março de 2022	Arroz / Feijão / Iscas de Carne Acebolada / Beterraba com cenoura Cozida / Fruta - Maçã
terça-feira, 15 de março de 2022	Arroz / Feijão / Strogonoff de Frango / Batata Palha / Alface com Tomate / Dan Top

  
Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 39077

# 2º Quinzena - Almoço

Dia da Semana	Almoço - 11h00
quarta-feira, 16 de março de 2022	Arroz / Feijoada Preta / Farofa / Couve / Fruta - Laranja
quinta-feira, 17 de março de 2022	Arroz / Feijão / Picadinho com Batata / Alface com Tomate / Paçoca
sexta-feira, 18 de março de 2022	Arroz / Feijão / Filé de Frango a Milanese / Creme de Milho / Repolho com Tomate / Gelatina
sábado, 19 de março de 2022	<b>SÁBADO</b>
domingo, 20 de março de 2022	<b>DOMINGO</b>
segunda-feira, 21 de março de 2022	Arroz / Feijão / Linguiça Toscana Acebolada / Abóbora Refogada / Fruta - Abacaxi
terça-feira, 22 de março de 2022	Arroz / Feijão / Stroganoff de Carne / Batata Palha / Alface / Doce de Banana
quarta-feira, 23 de março de 2022	Arroz / Feijão / Picadinho à Brasileira / Repolho com Tomate / Cocada - Melancia
quinta-feira, 24 de março de 2022	Arroz / Feijão / Escondidinho de Calabresa / Alface com Tomate / Doce de Banana
sexta-feira, 25 de março de 2022	Arroz / Feijão / Pernil Acebolado / Farofa / Pepino com Tomate / Gelatina
sábado, 26 de março de 2022	<b>SÁBADO</b>
domingo, 27 de março de 2022	<b>DOMINGO</b>
segunda-feira, 28 de março de 2022	Arroz / Feijão / Fricassê de Frango / Repolho com Tomate / Fruta - Maçã
terça-feira, 29 de março de 2022	Arroz / Feijão / Almôndegas / Macarrão Alho e Óleo / Dan Top
quarta-feira, 30 de março de 2022	Arroz / Feijão / Filé de Frango Acebolado / Beterraba Cozida / Fruta - Laranja
quinta-feira, 31 de março de 2022	Arroz / Feijão / Lasanha / Alface com Agrião / Bolo de Beijinho



Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077