



UNIDADE: UFAM ITACOATIARA

1ª SEMANA

MÊS: ABRIL/2018

SERVIÇOS		02.04	03.04	04.04	05.04	06.04
		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJU M	BEBIDA	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco
	ACOMPANHAMENTO	Pão francês	<b>Pão integral</b>	Pão francês	Pão francês	Pão francês
	GUARNIÇÃO	Apresentado Mingau de arroz	Fruta Patê de atum	Brusqueta Farofa de calabresa	Bolo de leite Ovos mexidos	logurte Macaxeira cozida
ALMOÇO	SALADA	Crua <i>(pepino, repolho roxo, repolho)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, feijão verde)</i>	Crua <i>(vinagrete)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, beterraba)</i>	Refogada <i>(couve/repolho)</i>
		PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO Cozido à brasileira	Frango desfiado <i>(c/legumes)</i>	Peixe	Frango gratinado <i>(c/queijo ralado)</i>
	2ª OPÇÃO Toscana assada	Isca de fígado acebolado	Carne assada ao molho de cenoura	Picadinho rico	Peito de frango grelhado ao molho	
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa
GUARNIÇÃO	Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo	Vatapá	Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo	
SOBREMESA	Docinho/Suco	Gelatina	Docinho/Suco	Brigadeiro	Fruta/Suco	
JANTA	SALADA	Crua <i>(vinagrete)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, beterraba)</i>	Crua <i>(alface, cenoura, repolho roxo)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, feijão verde)</i>	Crua <i>(pepino, repolho roxo, repolho)</i>
	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO Peixe	Frango gratinado <i>(c/queijo ralado)</i>	Carré ao molho	Frango desfiado <i>(c/legumes)</i>	Cozido à brasileira
		2ª OPÇÃO Carne assada ao molho de cenoura	Picadinho rico	Kafta de carne	Isca de fígado acebolado	Toscana assada
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa
	GUARNIÇÃO	Vatapá	Espaguete ao alho e olho	Espaguete ao alho e olho	Espaguete ao alho e olho	Espaguete ao alho e olho
	SOPA	Canja <i>(Frango, Cheiro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)</i>	Lorena <i>(Carne, Macarrão, Repolho, Batata e Cenoura)</i>	Feijão <i>(Carne, Feijão, Macarrão, Abóbora, Couve e Maxixe)</i>	Charque <i>(Charque, Macarrão, Feijão Verde, Batata e Cenoura)</i>	Canja <i>(Frango, Cheiro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)</i>
SOBREMESA	Docinho	Gelatina/Suco	Docinho	Brigadeiro/Suco	Fruta	

  
 Sirlene  
 Sirlene Meire C. dos Santos  
 Nutricionista  
 CRN7 3838



UNIDADE: UFAM ITACOATIARA

2ª SEMANA

MÊS: ABRIL/2018

SERVIÇOS		09.04	10.04	11.04	12.04	13.04	
		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
DESJEJUM	BEBIDA	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	
	ACOMPANHAMENTO	Pão francês	<b>Pão de hambúrguer</b>	Pão francês	Pão francês	Pão francês	
	GUARNIÇÃO	Polenta Patê de presunto	Molho de hot dog Mingau de tapioca	Ovo frito Bôla de sardinha	Fruta Hambúrguer	Banana frita Pão de queijo	
ALMOÇO	SALADA	Crua <i>(alface, cenoura, repolho)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, beterraba)</i>	Crua <i>(alface, repolho roxo, repolho)</i>	Crua <i>(repolho, tomate, pepino)</i>	Refogada <i>(cenoura, repolho, couve)</i>	
	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO	Isca de carne acebolada	Carne a delícia	Dobradinha	Peixe	Frango à espanhola
		2ª OPÇÃO	Lingüiça de frango ao molho rosê	Fricassê de frango	Picadinho à Copacabana	Bisteca assada	Torta de carne
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	
	GUARNIÇÃO	Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo	Baião	Espaguete ao alho e óleo	
SOBREMESA	Docinho	Bolo de coco/Suco	Fruta	Docinho/Suco	Fruta		
JANTA	SALADA	Crua <i>(alface, repolho roxo, repolho)</i>	Crua <i>(repolho, tomate, pepino)</i>	Refogada <i>(cenoura, repolho, couve)</i>	Crua <i>(alface, repolho roxo, repolho)</i>	Crua <i>(alface, cenoura, repolho)</i>	
	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO	Dobradinha	Peixe	Frango à espanhola	Carne a delícia	Isca de carne acebolada
		2ª OPÇÃO	Picadinho à Copacabana	Bisteca assada	Torta de carne	Fricassê de frango	Lingüiça de frango ao molho rosê
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	
	GUARNIÇÃO	Espaguete ao alho e olho	Baião	Espaguete ao alho e olho	Espaguete ao alho e olho	Espaguete ao alho e olho	
	SOPA	Charque <i>(Charque, Macarrão, Feijão Verde, batata e Cenoura)</i>	Canja <i>(Frango, Cheiro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)</i>	Feijão <i>(Carne, Feijão, Macarrão, Abóbora, Couve e Maxixe)</i>	Canja <i>(Frango, Cheiro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)</i>	Lorena <i>(Carne, Macarrão, Repolho, Batata e Cenoura)</i>	
SOBREMESA	Docinho/Suco	Bolo de coco	Fruta/Suco	Docinho	Fruta/Suco		



UNIDADE: UFAM ITACOATIARA

3ª SEMANA

MÊS: ABRIL/2018

SERVIÇOS		16.04	17.04	18.04	19.04	20.04	
		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
DESJEJUM	BEBIDA	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	
	ACOMPANHAMENTO	Pão francês	Pão francês	<b>Pão de forma</b>	Pão francês	Pão francês	
	GUARNIÇÃO	Ovos c/salsicha Mingau de banana	Mortadela Bolo mesclado	Fruta Patê frango	Tapioquinha Queijo mussarela	logurte Farofa de charque	
ALMOÇO	SALADA	Crua <i>(abóbora, repolho, beterraba)</i>	Crua <i>(tabule)</i>	Crua <i>(alface, cenoura, repolho)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, beterraba)</i>	Refogada <i>(couve, repolho)</i>	
	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO	Frango assado dourado <i>(assado c/maionese)</i>	Peixe	Frango à casaca	Calabresa assada	Feijoada Completa
		2ª OPÇÃO	Ensopado de carne	Bife à pizzaiolo	Língua ao molho de ervilhas	Lasanha à bolonhesa	Isca de frango acebolado
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	
	GUARNIÇÃO	Espaguete ao alho e óleo	Purê de batata	Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo	
	SOBREMESA	Docinho/Suco	Gelatina	Goiabada/Suco	Docinho	Fruta/Suco	
JANTA	SALADA	Crua <i>(alface, cenoura, repolho)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, beterraba)</i>	Refogada <i>(abóbora, repolho, couve)</i>	Crua <i>(tabule)</i>	Crua <i>(abóbora, repolho, beterraba)</i>	
	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO	Frango à casaca	Calabresa assada	Almôndegas ao sugo	Peixe	Frango assado dourado <i>(assado c/maiones)</i>
		2ª OPÇÃO	Língua ao molho de ervilhas	Lasanha à bolonhesa	Isca de frango acebolado	Bife à pizzaiolo	Ensopado de carne
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	
	GUARNIÇÃO	Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e olho	Espaguete ao alho e olho	Purê de batata	Espaguete ao alho e olho	
	SOPA	Lorena <i>(Carne, Macarrão, Repolho, Batata e Cenoura)</i>	Canja <i>(Frango, Cheiro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)</i>	Charque <i>(Charque, Macarrão, Feijão Verde, batata e Cenoura)</i>	Canja <i>(Frango, Cheiro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)</i>	Feijão <i>(Carne, Feijão, Macarrão, Abóbora, Couve e Maxixe)</i>	
	SOBREMESA	Docinho	Gelatina/Suco	Goiabada	Docinho/Suco	Fruta	

  
 Sirlene Meire C. dos Santos  
 Nutricionista  
 CRN7 3838



UNIDADE: UFAM ITACOATIARA

4ª SEMANA

MÊS: ABRIL/2018

SERVIÇOS		23.04	24.04	FERIADO	26.04	27.04	
		Segunda	Terça	Aniversário da cidade	Quinta	Sexta	
DESJEJUM	BEBIDA	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco		Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	
	ACOMPANHAMENTO	Pão francês	Pão francês		Pão francês	Pão massa fina	
	GUARNIÇÃO	Apresentado Mingau de arroz	Brusqueta Farofa de salsicha		Fruta Molho de carne	Bôla de frango Patê de sardinha	
ALMOÇO	SALADA		Crua <i>(alface, repolho, tomate)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, feijão verde)</i>		Cozida <i>(salada de feijão)</i>	Refogada <i>(cenoura, repolho, couve)</i>
	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO	Madalena de carne	Salpicão		Peixe	Frango supremo
		2ª OPÇÃO	Frango guisado c/legumes	Picadinho de coração		Carne assada ao molho madeira	Espetinho de carne
	ACOMPANHAMENTO		Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa		Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa
	GUARNIÇÃO		Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo		Purê de batata	Espaguete ao alho e óleo
	SOBREMESA		Docinho	Bolo de chocolate/Suco		Docinho	Fruta/Suco
JANTA	SALADA		Cozida <i>(salada de feijão)</i>	Refogada <i>(cenoura, repolho, couve)</i>		Crua <i>(alface, cenoura, beterraba)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, feijão verde)</i>
	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO	Frango supremo	Peixe		Madalena de carne	Salpicão
		2ª OPÇÃO	Espetinho de carne	Carne assada ao molho madeira		Frango guisado c/legumes	Picadinho de coração
	ACOMPANHAMENTO		Arroz/Farofa	Arroz/Farofa		Arroz/Farofa	Arroz/Farofa
	GUARNIÇÃO		Purê de batata	Espaguete ao alho e óleo		Espaguete ao alho e óleo	Espaguete ao alho e óleo
	SOPA		Canja <i>(Frango, Cheiro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)</i>	Feijão <i>(Carne, Feijão, Macarrão, Abóbora, Couve e Maxixe)</i>		Lorena <i>(Carne, Macarrão, Repolho, Batata e Cenoura)</i>	Charque <i>(Charque, Macarrão, Feijão Verde, batata e Cenoura)</i>
SOBREMESA		Docinho/Suco	Bolo de chocolate		Docinho/Suco	Fruta	