



UNIDADE: UFAM ITACOATIARA

3ª SEMANA

MÊS: ABRIL/2017

SERVIÇOS		17.04	18.04	19.04	20.04	FERIADO
		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Tiradentes
DESEJUM	BEBIDA	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	Café/Leite/Suco	
	ACOMPANHAMENTO	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	
	GUARNIÇÃO	Apresentado Goiabada	Queijo mussarela logurte	Fruta Bôla de frango	Pão de queijo Banana frita	
ALMOÇO	SALADA	Crua <i>(abóbora, repolho, beterraba)</i>	Cozida <i>(salada de feijão)</i>	Cozida <i>(batata, cenoura, beterraba)</i>	Crua <i>(alface, repolho, tomate)</i>	
		1ª OPÇÃO	Frango gratinado <i>(assado c/queijo ralado)</i>	Peixe	Salpicão	Isca de frango acebolado
	2ª OPÇÃO	Ensopado de carne	Isca de carne acebolado	Língua ao molho de ervilhas	Lasanha à bolonhesa	
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	Arroz/Feijão/Farofa	
	GUARNIÇÃO	Espagete ao alho e óleo	Baião	Espagete ao alho e óleo	Espagete ao alho e óleo	
	SOBREMESA	Docinho	Gelatina	Pudim	Fruta	
JANTA	SALADA	Cozida <i>(batata, cenoura, beterraba)</i>	Crua <i>(alface, repolho, tomate)</i>	Crua <i>(abóbora, repolho, beterraba)</i>	Cozida <i>(salada de feijão)</i>	
		1ª OPÇÃO	Salpicão	Isca de frango acebolado	Frango gratinado <i>(assado c/queijo ralado)</i>	Peixe
	2ª OPÇÃO	Língua ao molho de ervilhas	Lasanha à bolonhesa	Ensopado de carne	Isca de carne acebolado	
	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	Arroz/Farofa	
	GUARNIÇÃO	Espagete ao alho e óleo	Espagete ao alho e olho	Espagete ao alho e olho	Baião	
	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>	
	SOBREMESA	Docinho	Gelatina	Pudim	Fruta	

**Sirtia Santos**  
Nutricionista  
CRN7 3838