



UNIDADE: UFAM ITACOATIARA

2ª SEMANA

MÊS: ABRIL/2017

SERVIÇOS		10.04		11.04		12.04		13.04		FERIADO	
		Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta-Feira Santa	
DESEJUM	BEBIDA	Café/Leite/Suco		Café/Leite/Suco		Café/Leite/Suco		Café/Leite/Suco		Café/Leite/Suco	
	ACOMPANHAMENTO	Pão francês		Pão francês		Pão francês		Pão francês		Pão francês	
ALMOÇO	GUARNIÇÃO	Mortadela Mingau de arroz		Ovo cozido Banana cozida		Farofa de charque Bolo de macaxeira		Fruta Molho de carne			
	SALADA	Crua (pepino, repolho roxo, repolho)		Crua (alfface, repolho roxo, repolho)		Cozida (batata, cenoura, beterraba)		Crua (vinagrete)			
ALMOÇO	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO Bisteca na chapa		Hambúrguer caseiro		Carré assado		Moqueca de peixe			
		2ª OPÇÃO Lingüiça de frango		Fricassê de frango		Bife à cavalo		Almôndegas ao sugo			
ALMOÇO	ACOMPANHAMENTO	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		Espaguete ao alho e óleo		Feijão tropeiro	
ALMOÇO	SOBREMESA	Docinho		Mouse de chocolate		Fruta		Chocolate			
	SALADA	Crua (vinagrete)		Cozida (batata, cenoura, beterraba)		Crua (alfface, cenoura, repolho roxo)		Crua (alfface, repolho roxo, repolho)			
JANTA	PRATO PRINCIPAL (PROTEÍNAS)	1ª OPÇÃO Almôndegas ao sugo		Bisteca na chapa		Hambúrguer caseiro		Pirarucu à casaca			
		2ª OPÇÃO Carré assado		Lingüiça de frango		Fricassê de frango		Bife à cavalo			
JANTA	ACOMPANHAMENTO	Arroz/Farofa		Arroz/Farofa		Arroz/Farofa		Arroz/Farofa			
	GUARNIÇÃO	Espaguete ao alho e olho		Feijão tropeiro		Espaguete ao alho e olho		Espaguete ao alho e olho			
JANTA	SOPA	Canja (Frango, Cherro Verde, Batata, Cenoura e Arroz)		Lorena (Carne, Macarrão, Repolho, Batata e Cenoura)		Feijão (Carne, Feijão, Macarrão, Abóbora, Couve e Maxixe)		Charque (Charque, Macarrão, Feijão Verde, batata e Cenoura)			
	SOBREMESA	Docinho		Mouse de chocolate		Fruta		Chocolate			

hmedez

Sintia Santos

Nutricionista

CRN7 3838