



SETEMBRO OUTUBRO 2021 ETECs

Data	3ª SEMANA				
	Segunda 18/10	Terça 19/10	Quarta 20/10	Quinta 21/10	Sexta 22/10
Arroz	Arroz (self-service)	Arroz (self-service)	Arroz (self-service)	Arroz (self-service)	Arroz (self-service)
Feijão	Feijão carioca (self- service)	Feijão Preto (self- service)	Feijão (self- service)	Feijão carioca (self- service)	Feijão (self- service)
Prato Principal	Cubos de Frango c/ ervas (150gr -1 1/2 colher de servir)	Cubos Suino acebolado (150gr - 11/2 colher de servir)	Bife de Panela (150 gr - 1 unid)	Strogonoff de frango ((150gr -1 1/2 colher de servir)	Carne moída c/ milho (150 gr - 1 1/2 colher de servir)
Guarnição	Batata rustica (120gr - 1 colher cheia de servir)	Quibebe (100gr - 1 colher de servir)	Mandioca sauté (80 gr - 1 colher de servir rasa)	Batata Palha 120gr - 1 colher cheia de servir)	Legumes Sauté(chuchu e cenoura (100 gr -1 colher de servir)
Fruta/ salada	Alface/tomate (self service)	Mexirica (1 unid)	Repolho/cenoura (self - service)	Abacaxi (150gr - 1 unid)	Escarola/beterraba ralada
VCT	898,4	958,1	958,1	908,8	928,8
Molho de Ervas (manjeriçã , alecrim e oregano)					
Responsável técnico: THAIS SOUZA AFONSO					CRN 22.125



Cardápio mês:

Data	4ª SEMANA				
	Segunda 25/10	Terça 26/10	Quarta 27/10	Quinta 28/10	Sexta 29/10
Arroz	Arroz (self-service)	Arroz (self-service)		Arroz (self-service)	Arroz (self-service)
Feijão	Feijão (self- service)	Feijão (self- service)	Macarronada ao Sugo (self)	Feijão (self- service)	Feijão (self- service)
Prato Principal	Isclas de carne ao mº ferrugem (150 gr- 1 1/2 de colher de servir)	Frango a Caçadora (180 gr -1 unid)	Almondegas Assada (150gr - 6 unid)	Frango assado (180gr 1 unid)	Muqueca de Peixe (120gr - 1 colher de servir)
Guarnição	Cenoura Sautê (80gr - 1 colher de servir rasa)	Batata Corada (120 gr - 1 colher cheia de servir)	Abobrinha ao forno (80gr - 1 colher de servir)	Legumes Sautê(chuchu e cenoura (100 gr -1 colher de servir)	Batata Assada (120 gr - 1 colher cheia de servir)
Fruta/ salada	Banana (1 unid)	Mix de folhas (self -service)	Melancia (150 gr - 1 unid)	Alface/tomate (self service)	Maçã (1 unid)
VCT	908,8	653,1	617,8	900,4	685,1
Responsável técnico: THAIS SOUZA AFONSO					CRN 22.125