



Cardápio do R.U - CPAN

Empresa Responsável: NUTRICENTER



COMPOSIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 17/07/2023	TERÇA-FEIRA 18/07/2023	QUARTA-FEIRA 19/07/2023	QUINTA-FEIRA 20/07/2023	SEXTA-FEIRA 21/07/2023
SALADA	Acelga Cenoura cozida (80g)	Alface Beterraba ralada (80g)	Mix de folhas Pepino (80g)	Repolho Batata cozida (80g)	Acelga Beterraba cozida (80g)
PRATO PRINCIPAL	Panqueca de carne moída (140g)	Frango acebolado (140g)	Bife à rolê (240g)	Coxa e sobrecoxa assadas (140g)	Cubos de carne ao molho (140g)
OPÇÕES VEGETARIANAS	Panqueca de P.T.S com molho vermelho (140g)	Lentilha refogada (140g)	Macarrão de abobrinha ao molho vermelho (140g)	P.T.S refogada (140g)	Bolinho de grão-de-bico (140g)
GUARNIÇÃO	Abóbora refogada (90g)	Macarrão alho e óleo (90g)	Mandioca cozida (90g)	Polenta ao sugo (90g)	Farofa de cenoura (90g)
PRATO BASE	Arroz branco (250g) Arroz integral (250g) Feijão c/ caldo (150g)	Arroz branco (250g) Arroz integral (250g) Feijão c/ caldo (150g)	Arroz branco (250g) Arroz integral (250g) Feijão c/ caldo (150g)	Arroz branco (250g) Arroz integral (250g) Feijão c/ caldo (150g)	Arroz branco (250g) Arroz integral (250g) Feijão c/ caldo (150g)
SOBREMESA	Laranja (100g)	Banana (100g)	Melancia (100g)	Laranja (100g)	Melão (100g)
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	867 cal	849 cal	893 cal	876 cal	881 cal
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	842 cal	825 cal	818 cal	830 cal	855 cal

