

CEAT - CARDÁPIO**JULHO**

01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024	06/jul	07/jul
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Arroz, feijão, arroz integral, estrogonofe de carne, estrogonofe de soja, batata palha alfaces,cebola com mostada, chuchu, cenoura, abobrinha, batata doce, tomate com pepino.	Arroz, feijão, arroz integral, escalopinho de frango com molho madeira, soja refogada batata frita Farofa alfaces, tomate, cenoura palito repolho refogado, roxo e verde, rúcula, maionese de beterraba	Arroz, feijão, arroz integral, carne assada recheada(cenoura, pimentão e calabresa) omelete de queijo Farofa alface americana salpicao(cenoura, repolho, frango, milho, cenoura) tomate com pepino.	Arroz com brócolis, feijão, arroz integral, peixe no fubá, kibe de forno com ricota purê de batata, alfaces/roxa , tomate, beterraba ralada,tabule, macarronese, cenoura ralada.	Arroz, feijão, arroz integral, carne de panela com molho, ovos mexidos espaguete alho e óleo Alfaces,tomate , cebola/pimentões, salada colorida, salada waldorff com nozes.	S á b a d o	D o m i n g o
Maçã	Banana	Paçoca	Laranja	Mamão		

08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024	13/jul	14/jul
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
<p>Arroz, feijão, arroz integral,</p> <p>Carne moída refogada, omelete de cebola</p> <p>espaguete alho e óleo,</p> <p>cenoura ralada Alfaces roxa e cressa , tomate pepino ,beterraba</p>	<p>Arroz, feijão, arroz integral,</p> <p>Frango milanês, Hambúrguer de lentilha Farofa batata frita cebola com mostarda, alface, tomate, batata doce, maionese de beterraba, repolho.</p>	<p>Arroz, feijão, arroz integral,</p> <p>Peixe dorê, torta de legumes (vagem, cenoura, ervilha e milho)</p> <p>purê de batata chuchu mimoso</p> <p>Brócolis, alface, tomate, abóbora assada, abobrinha.</p>	<p>Arroz, feijão, arroz integral,</p> <p>Carne com molho, quiche de cebola, macarrão cozido ao molho de carne,</p> <p>Alface, tomate, cenoura com vagem chuchu.</p>	<p>Arroz, feijão, arroz integral, Lombinho c/abacaxi Frango opção ovos mexidos Farofa Maionese de batata ,cenoura e ovos alface, tomate, cenoura ralada, berinjela</p>	S á b a d o	D o m i n g o
Tangerina	Bananada	Maçã	Melão	Banana		