

# CARDÁPIO PARA AS UNIDADES DE JARAGUÁ DO SUL, ARAQUARI E GUARAMIRIM

PERÍODO 14/11 à 18/11/2022

14/11/2022 – SEGUNDA-FEIRA	Kcal
Bife de frango acebolado	257
Tilápia ao molho de tomate	277
Arroz integral	132
Mandioquinha com manjeriço	101
Refogado de espinafre com repolho e cenoura	32
Alface	5
Pepino salada com casca	4
Salada multicolor	8
Rúcula com semente de girassol	40
Brócolis conserva	20
Barra de cereal	110

15/11/2022 – TERÇA-FEIRA	Kcal
Picadinho suíno	748
Bife ao molho escuro	330
Arroz integral	132
Polenta cremosa	136
Abóbora soute	42
Salada italiana	9
Salada de repolho	6
Vinagrete simples	8
Agrião	8
Beterraba cubada	50
Gelatina	57

16/11/2022 – QUARTA-FEIRA	Kcal
Bife à cigana	266
Filezinho de frango ao molho rosê	218
Omelete com tomate	78
Arroz integral com ervilha	65
Torta de aipim	171
Vagem soute	82
Almeirão	6
Cenoura ralada	50
Salada verão	6
Salada de tomate	33
Chucrute conserva	26
Creme de tapioca	61

17/11/2022 – QUINTA-FEIRA	Kcal
Dobradinha	297
Frango assado	267
Ovo	141
Arroz integral	132
Batata palha	320
Legumes refogados com alecrim	76
Alface	5
Pimentão colorido	27
Salada marroquina	13
Beterraba ralada	11
Salada de cenoura cozida	38
Pudim brigadeiro	172

18/11/2022 – SEXTA-FEIRA	Kcal
Frango na cerveja	303
Lombo suíno com molho barbecue	374
Arroz integral	132
Macarrão integral à mineira	241
Chuchu refogado	18
Alface	5
Nabo ralado	22
Salada japonesa	33
Acelga	9
Vagem conserva	147
Manjar de coco com calda de mirtilos	119

TODOS OS DIAS	Kcal
Arroz branco	134
Feijão	81
Frutas	78
Sucos	50



Este símbolo identifica as preparações que contém GLÚTEN



Este símbolo identifica as preparações que contém LACTOSE



Este símbolo identifica as novas preparações



**ALÉRGICOS:** As refeições servidas não são isentas de substâncias alergênicas. Para fornecer preparações isentas de partículas alergênicas, de acordo com a legislação, a cozinha deve ser específica, pois a contaminação pode ocorrer pelo contato direto entre os alimentos, pelo ar, utensílios e /ou equipamentos mesmo após higienizados.

**IMPORTANTE:** ESTE CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÃO SEM AVISO PRÉVIO.

**Aline Lazzaris Freitag**  
Gestora Seção Alimentação e Nutrição  
Nutricionista  
CRN 10-0947