# Cardápio Mensal Novembro - Colaboradores

| Refeição | Almoço | Sobremesa |
|---|---|---|
| Segunda-feira 02/11/26 | FERIADO | |
| Terça-feira 03/11/26 | Arroz, feijão carioca, strogonoff de frango, batata palha e salada de tomate | Doce |
| Quarta-feira 04/11/26 | Arroz, feijão preto, bisteca com pimentão e farofa de couve | Gelatina |
| Quinta-feira 05/11/26 | Arroz, feijão carioca, filé de frango empanado, creme de abóbora e salada de acelga | Banana |
| Sexta-feira 06/11/26 | Arroz, feijão carioca, carne com mandioca e salada de alface | Doce |

| Refeição | Almoço | Sobremesa |
|---|---|---|
| Segunda-feira 09/11/26 | Arroz, feijão carioca, iscas de carne acebolada e salada de acelga | Doce |
| Terça-feira 10/11/26 | Arroz, feijão carioca, fricassê de frango e salada de rúcula | Gelatina |
| Quarta-feira 11/11/26 | Arroz, feijão carioca, quibe de forno e salada de couve | Melancia |
| Quinta-feira 12/11/26 | Arroz, feijão carioca, filé de frango grelhado, creme de milho e salada de alface | Doce |
| Sexta-feira 13/11/26 | Arroz, macarrão alho e óleo, feijão carioca, carne moída ao sugo e salada de repolho | Gelatina |

| Refeição | Almoço | Sobremesa |
|---|---|---|
| Segunda-feira 16/11/26 | Arroz, feijão carioca, linguiça toscana acebolada e salada de acelga | Doce |
| Terça-feira 17/11/26 | Arroz, feijão carioca, panqueca de frango e salada de couve | Gelatina |
| Quarta-feira 18/11/26 | Arroz, feijão preto, bisteca com pimentão e vinagrete | Laranja |
| Quinta-feira 19/11/26 | Arroz, feijão carioca, strogonoff de carne, batata palha e salada de tomate | Doce |
| Sexta-feira 20/11/26 | FERIADO | |

| Refeição | Almoço | Sobremesa |
|---|---|---|
| Segunda-feira 23/11/26 | Arroz, feijão carioca, escondidinho de abóbora com frango | Doce |
| Terça-feira 24/11/26 | Arroz, feijão carioca, carne de panela com batata e cenoura e salada de couve | Gelatina |
| Quarta-feira 25/11/26 | Arroz, feijão preto, bisteca e farofa de couve | Banana |
| Quinta-feira 26/11/26 | Arroz, macarrão alho e óleo, feijão carioca, frango ao sugo e salada de tomate | Doce |
| Sexta-feira 27/11/26 | Arroz, feijão carioca, sobrecoxa assada e salada de maionese | Bolo do aniversariante (abacaxi com coco) |

| Refeição | Almoço | Sobremesa |
|---|---|---|
| Segunda-feira 30/11/26 | Arroz, feijão carioca, iscas de frango empanada e salada de repolho e tomate | Gelatina |

Ana Beatriz T. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3 77935

Valéria Martins Gomes da Silva
Nutricionista
CRN-3 54433

# Cardápio Mensal - Colaboradores

**02 de novembro a 06 de novembro**

| Refeição | Almoço | | | |
|---|---|---|---|---|
| Segunda-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Terça-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quarta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quinta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Sexta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |

**09 de novembro a 13 de novembro**

| Refeição | Almoço | | | |
|---|---|---|---|---|
| Segunda-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Terça-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quarta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quinta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Sexta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |

**16 de novembro a 20 de novembro**

| Refeição | Almoço | | | |
|---|---|---|---|---|
| Segunda-feira | FERIADO | | | |
| Terça-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quarta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quinta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Sexta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |

**23 de novembro a 27 de novembro**

| Refeição | Almoço | | | |
|---|---|---|---|---|
| Segunda-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Terça-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quarta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Quinta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |
| Sexta-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |

**30 de novembro**

| Refeição | Almoço | | | |
|---|---|---|---|---|
| Segunda-feira | Café | Café com Leite | Chá | Pão com margarina |