

CARDÁPIO PARA O XXI SEMINÁRIO DA FETRACONSPAR

DIA DO MÊS	CAFÉ DA MANHÃ	INTERVALO PARA CAFÉ	ALMOÇO	INTERVALO PARA CAFÉ	JANTAR
29/01 DOMINGO				às 15:00 horas LANCHE Café com e sem açúcar, Suco, Frutas (Laranja, Melancia, Mamão e Banana), Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Pão, Presunto, Queijo, Biscoitos (Bolacha) e Margarina	20:00 às 21:00 hs Carne (Filé de Alcatra e Ovelha), Arroz, Pão e Farofa, 02 tipos de salada e Suco.
30/01 SEGUNDA	06:15 às 07:15 hs Café com e sem açúcar, Suco, Frutas (Laranja, Melancia, Mamão e Banana), Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Pão, Presunto, Queijo, Biscoitos (Bolacha) e Margarina	10:15 horas Café com e sem açúcar, Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Suco e Biscoitos com e sem sal.	12:00 às 13:00 hs Arroz, Feijão Branco e Preto, Macarrão, Carne de Panela (Bovina) 02 tipos de salada, Purê de Batata, Farofa, Laranja e Suco	16:15 horas Café com e sem açúcar, Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Suco e Biscoitos com e sem sal.	20:00 às 21:00 hs Carne (Bisteca de Porco e Linguiça) Arroz, Pão, Farofa, 02 tipos de salada e Suco.
31/01 TERÇA	06:45 às 07:45 hs Café com e sem açúcar, Suco, Frutas (Laranja, Melancia, Mamão e Banana), Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Pão, Presunto, Queijo, Biscoitos (Bolacha) e Margarina	10:00 horas Café com e sem açúcar, Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Suco e Biscoitos com e sem sal.	12:00 às 13:00 hs Arroz, Feijão Branco e Preto, Macarrão, Carne de Panela (coxa e sobre-coxa de frango), Farofa, Legumes (vagem e cenoura), 02 tipos de salada, Melancia e Suco.	15:00 horas Café com e sem açúcar, Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Suco e Biscoitos com e sem sal.	20:00 às 21:00 hs Carne (Filé de Alcatra), Arroz, Pão e Farofa, 02 tipos de salada e Suco.
01/02 QUARTA	06:45 às 07:45 hs Café com e sem açúcar, Suco, Frutas (Laranja, Melancia, Mamão e Banana), Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Pão, Presunto, Queijo, Biscoitos (Bolacha) e Margarina	10:00 horas Café com e sem açúcar, Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Suco e Biscoitos com e sem sal.	12:00 às 13:00 hs Arroz, Feijão Branco e Preto, Macarrão, Carne (Costela de Panela), Mandioca, Farofa, 02 tipos de salada, Mamão e Suco.	15:00 horas Café com e sem açúcar, Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Suco e Biscoitos com e sem sal.	20:00 às 21:00 hs Carne (Frango) Pão, Farofa, 02 tipos de salada e Suco.
02/02 QUINTA	06:45 às 07:45 hs Café com e sem açúcar, Suco, Frutas (Laranja, Melancia, Mamão e Banana), Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Pão, Presunto, Queijo, Biscoitos (Bolacha) e Margarina	10:25 horas * Café com e sem açúcar, Leite Integral e Desnatado, Chá Mate, Suco e Biscoitos com e sem sal.	12:00 às 13:00 hs ALMOÇO DE CONFRATERNIZAÇÃO Carne (Costela Bovina), Arroz, Pão, 02 tipos de salada e Suco.	* Alterado o horário do intervalo na quinta-feira (02/02) de 10:15 para às 10:25 horas devido adequação na programação.	