MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO AMAZONAS**

**Campus São Gabriel da Cachoeira**

CARDÁPIO 9 RESIDENTES

**Quarta-Feira (30.09.15)**

Café da manhã

* Pão francês com margarina, Café com leite

Almoço

* Bife empanado, Arroz colorido, Feijão, Farinha, Suco.

Jantar

* Bife empanado, Arroz colorido, Feijão, Farinha.

**Quinta Feira (01.10.15)**

Café da manhã

* Pão francês com margarina, Achocolatado morno.

Almoço

* Frango Frito, Arroz com cenoura, Feijão, Farofa e Suco.

Jantar

* Frango Frito, Arroz com cenoura, Feijão, Farofa.

**Sexta Feira (02.10.15)**

Café da manhã

* Pão francês com Margarina, Café com leite+ Mingau de Aveia

Almoço

* Suíno assado, Arroz com seleta, Feijão, farinha, Salada crua e Suco

Jantar

* Suíno assado, Arroz com seleta, Feijão, farinha, Salada crua .

**Sábado (03.10.15)**

Café da manhã

* Pão com Margarina, Achocolatado Morno e Brioche.

Almoço

* Caldeirada de Tambaqui, Arroz Branco, Feijão, Farinha, Suco e doce de banana

Jantar

* Caldeirada de Tambaqui, Arroz Branco, Feijão, Farinha, doce de banana.

Ceia

* Bolo mesclado com suco

**Domingo (04.10.15)**

Café da manhã

* Pão Francês com Margarina, Café com leite.

Almoço

* Frango Assado, Arroz, Feijão, Macarrão, Maionese e Suco

Jantar

* Frango Assado, Arroz, Feijão, Macarrão, Maionese.

Ceia

* Suco+ Bolo Salgado

**Segunda Feira (05.10.15)**

Café da manhã

* Pão francês com margarina, Café com leite, Mingau de aveia

Almoço

* Macarronada Bolonhesa+Arroz branco+Farinha e suco

Jantar

* Macarronada Bolonhesa+Arroz branco+Farinha.

**Terça Feira (06.10.15)**

Café da manhã

* Pão francês com margarina, Achocolatado Morno.

Almoço

* Strogonofe de carne+ Arroz branco+Farofa+Salada crua e suco

Jantar

* Strogonofe de carne+ Arroz branco+Farofa+Salada crua.

Roberta Gouveia da Silva Machado

Nutricionista-IFAM/TAE

CRN: 5739

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO AMAZONAS**

**Campus São Gabriel da Cachoeira**

CARDÁPIO 9 MERENDA ESCOLAR

**Quarta-Feira (30.09.15)**

Merenda da Manhã

* Arroz carreteiro e suco

Merenda da Tarde

* Suco com Farofa de calabreza

Merenda da Noite

* Arroz carreteiro com suco

**Quinta Feira (01.10.15)**

Merenda da Manhã

* Canja de galinha com legumes e Suco

Merenda da Tarde

* Vitaminada de banana

Merenda da Noite

* Canja de galinha com legumes e Suco

**Sexta Feira (02.10.15)**

Merenda da Manhã

* Mingau de banana com Tapioca

Merenda da Noite

* Macaxeira Assada no forno com suco.

**Segunda Feira (05.10.15)**

Merenda da Tarde

* Sopa de carne com legumes e feijão, Suco.

Merenda da Noite

* Sopa de Carne com legumes e feijão, Suco.

**Terça Feira (06.10.15)**

Merenda da Manhã

* Macarronada Bolonhesa, Suco.

Merenda da Tarde

* Bolo mesclado com achocolatado

Merenda da Noite

* Macarronada Bolonhesa, Suco.

**OBS:** Informamos que este cardápio sofrerá inclusões da merenda regionalizada porém só será realizado na terça feira quando saberemos as frutas que serão disponibilizadas.

Roberta Gouveia da Silva Machado

Nutricionista-IFAM/TAE

CRN: 5739