

CARDÁPIO PARA O XXVII SEMINÁRIO DA FETRACONSPAR

DIA DO MÊS	CAFÉ DA MANHÃ	INTERVALO PARA CAFÉ	ALMOÇO	INTERVALO PARA CAFÉ	JANTAR
28/01 DOMINGO			12:00 às 13:00 hs Arroz Carreteiro e Carne de Panela	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 Jantar típico ¹ , Arroz, Pão e Farofa, 02 tipos de salada e Suco. ¹ COSTELÃO FOGO DE CHÃO OFERECIDO POR SINDICATOS FILIADOS
29/01 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 de Porco (Panela), Linguiça, Arroz, Feijão Branco e Preto, Pão, Farofa, 02 tipos de salada e Suco.
30/01 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.	16:00 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 Bovina de Panela, Arroz, Feijão Branco e Preto, Pão e Farofa, 02 tipos de salada e Suco.
31/01 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	10:15 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 (Costela de Panela), Mandioca, Farofa, 02 tipos de salada, Mamão e Suco.	16:00 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 de Frango (Panela), Arroz, Feijão Branco e Preto, Pão, Farofa, 02 tipos de salada e Suco.
01/02 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	09:45 horas Frutas, 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, Suco e Frutas.		