



PREFEITURA
COTIA



Grupo Especializado em Gestão
a Saúde, Educação e Assistência Social

CARDÁPIO DE FUNCIONARIOS

MARÇO 2026

1ª QUINZENA - ALMOÇO

Dia da Semana	Almoço - 11h00
segunda-feira, 2 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Iscas de Carne Acebolada/Vinagrete com Repolho/Canudo Doce de Leite
terça-feira, 3 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Iscas de Frango Acebolado/Macarrão ao Sugo/Gelatina
quarta-feira, 4 de março de 2026	Arroz/Feijão/Carne em cubos com Batata,chuchu e Cenoura/Salada de Alface c/ Pepino/Mousse de Maracujá
quinta-feira, 5 de março de 2026	Arroz/Feijoada/Couve Refogada/Farofa/Fruta laranja
sexta-feira, 6 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Strogonoff de Frango/Batata Palha/Gelatina
sábado, 7 de março de 2026	SÁBADO
domingo, 8 de março de 2026	DOMINGO
segunda-feira, 9 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Linguíça Toscana Acebolada/Salada de Maionese/Morangote
terça-feira, 10 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Carne Moída com batata e cenoura/Salada de Acelga c/ Tomate/Gelatina
quarta-feira, 11 de março de 2026	Arroz/Feijão/Filé de Frango Grelhado/Creme de Milho/Salada de Alface c/ Agrião e Tomate/Pudim de Coco
quinta-feira, 12 de março de 2026	Arroz/Feijão Preto/Bisteca Acebolada/Farofa/Salada de Alface c/ Rúcula e tomate/Fruta abacaxi
sexta-feira, 13 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Filé de Frango Empanado/Salada de Alface c/ Tomate/Gelatina
sábado, 14 de março de 2026	SÁBADO
domingo, 15 de março de 2026	DOMINGO
segunda-feira, 16 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Iscas de Carne Acebolada/Vinagrete com Repolho/Canudo Doce de Leite
terça-feira, 17 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Iscas de Frango Acebolado/Macarrão ao Sugo/Gelatina
quarta-feira, 18 de março de 2026	Arroz/Feijão/Carne em cubos com Batata,chuchu e Cenoura/Salada de Alface c/ Pepino/Mousse de Maracujá


 Nubia Alves Silva
 Nutricionista
 CRN 38077

2ª QUINZENA - ALMOÇO

Dia da Semana	Almoço - 11h00
quinta-feira, 19 de março de 2026	Arroz/Feijoadada/Couve Refogada/Farofa/Fruta abacaxi
sexta-feira, 20 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Iscas de Frango Acebolado/Salada de Repolho c/ Tomate/Gelatina
sábado, 21 de março de 2026	SÁBADO
domingo, 22 de março de 2026	DOMINGO
segunda-feira, 23 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Linguíça Toscana Acebolada/Salada de Maionese/Morangote
terça-feira, 24 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Carne Moída com batata e cenoura/Salada de Acelga c/ Tomate/Gelatina
quarta-feira, 25 de março de 2026	Arroz/Feijão/Filé de Frango Grelhado/Creme de Milho/Salada de Alface c/ Agrião e Tomate/Mousse de Limão
quinta-feira, 26 de março de 2026	Arroz/Feijão Preto/Bisteca Acebolada/Farofa/Salada de alface c/ Rúcula e Tomate/Fruta banana
sexta-feira, 27 de março de 2026	Arroz/Feijão/Lasanha a Bolonhesa c/ Molho Branco/Alface com Tomate/Bolo de Prestígio/Suco em pó
sábado, 28 de março de 2026	SÁBADO
domingo, 29 de março de 2026	DOMINGO
segunda-feira, 30 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Hambúrguer ao Pomodoro/Batata Frita/Bananinha
terça-feira, 31 de março de 2026	Arroz/ Feijão/Frango Xadrez/Salada de Brócolis c/ Cenoura/Gelatina
quarta-feira, 1 de abril de 2026	Arroz/Feijão/Iscas de Carne Acebolada/Repolho com Tomate/Beijinho
quinta-feira, 2 de abril de 2026	FERIADO
sexta-feira, 3 de abril de 2026	FERIADO


 Nubia Alves Silva
 Nutricionista
 CRN 38077