

CARDÁPIO SEMANAL 08/08/2022 a 12/08/2022

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08
Fruta	Maçã	Melancia	Banana	Mamão	Melão
Pão	Pão Hotdog	Pão francês	Pão Hot-dog	Pão francês	Pão Hot-dog
Biscoito	Biscoito salgado/doce	Bolo de Milho*	Biscoito salgado/doce	Bolo de laranja*	Biscoito salgado/doce
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz	Batata doce	Cuscuz com tomate e cebolinha	Macaxeira	Cuscuz
Proteína	Ovo mexido Molho Hot dog	Omelete de cenoura Torta de frango*	Ovo frito ao molho de tomate Isca de carne ao molho	Omelete de milho Bolinho de frango ao molho vermelho*	Ovo frito temperado Cubos de carne bovina ao molho
Vegetariano	Soja com cenoura ao molho	Pasta de amendoim	Guisado de soja	Antepasto de abobrinha	Croquete de soja ao molho de tomate
Bebidas	Café Leite* Suco de manga	Café Leite* Suco de acerola	Café Leite* Suco de goiaba	Café Leite* Suco de abacaxi	Café Leite* Suco de caju
ALMOÇO	SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08
Salada crua	Alface, repolho roxo e tomate	Vinagrete	Acelga, pepino e pimentão	Alface, beterraba e cebola	Mix de repolhos e cenoura
Salada cozida	Beterraba e chuchu	Refogado de repolho, couve e cenoura	Abobrinha e cenoura	Batata doce e abóbora	Batata e vagem
Molho	Manga	Limão	Laranja	Agridoce	Alho*
Prato principal	Frango tipo salpicão* Costela bovina assada	Feijoada Coxa e sobrecoxa assada ao molho de laranja	Moqueca de peixe Croquete de carne moída*	Panqueca de frango* Fígado acebolado	Isca de frango na chapa Cozido bovino
Vegetariano	Hambúrguer de soja	Ovo frito ao molho de tomate	Omelete de legumes*	Escondidinho de proteína de soja*	Moqueca de repolho com grão de bico
Guarnição	Macarrão espaguete ao alho e óleo	Farofa de soja	Quibebe de abobora	Farofa com cenoura	Pirão
Acompanhamentos	Arroz à grega Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral com ervilha Feijão fradinho	Arroz com milho Arroz integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão carioca	Arroz com colorido Arroz integral Feijão preto
Sobremesa	Melancia	Laranja	Doce de mamão	Melão	Compota de abacaxi
Suco	Suco de cajá	Suco de caju	Suco de acerola	Suco de manga	Suco de goiaba
JANTAR	SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08
Salada crua/cozida	Acelga, beterraba e pepino	Batata doce e abóbora	Alface, abacaxi e cenoura	Batata e vagem	Acelga, repolho e tomate
Molho	Laranja	Manga	Agridoce	Ervas	Italiano*
Prato principal	Cubos bovinos ao molho ferrugem	Torta Madalena*	Cubo bovino com legumes	Jardineira de carne moída	Coxa e sobrecoxa de frango ao molho de mostarda*
Vegetariano	Omelete de cenoura*	Grão de bico à portuguesa	Abobrinha recheada c/ soja e legumes	Salada de lentilha	Soja bolonhesa
Tubérculo ou cuscuz	Cuscuz	Cuscuz temperado	Batata doce	Cuscuz	Macaxeira
Acompanhamentos/ Guarnição	Arroz colorido	Macarrão ao molho vermelho	Arroz c/ cenoura	Arroz branco	Macarrão ao alho e óleo
Sopa	Sopa de abóbora cremosa	Sopa de legumes	Sopa de batata c/ abobrinha	Sopa de feijão	Arroz doce*
Pão/torrada	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
Bebidas	Suco de goiaba Café Leite*	Suco de manga Café Leite*	Suco de cajá Café Leite*	Suco de acerola Café Leite*	Suco de caju Café Leite*

* Contém lactose

O cardápio está sujeito a alterações