

CARDÁPIO SEMANAL 06 a 10/06/2022					
CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Fruta	Melancia	Laranja	Banana	Maçã	Melão
Pão	Pão hotdog	Pão francês	Pão seda	Pão francês	Pão seda
Biscoito	Biscoito salgado/doce	Bolo de trigo	Biscoito salgado/doce	Bolo de aveia com canela	Biscoito salgado/doce
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz	Macaxeira	Cuscuz temperado	Batata doce	Cuscuz
Proteína	Queijo* Carne moída com legumes	Omelete de cenoura Coxa c/sobrecoxa ao molho	Queijo* Carne desfiada acebolada	Ovo mexido Misto de carne e calabresa na chapa	Queijo* Patê de frango com cenoura
Vegetariano	Soja ao molho	Croquete de legumes com grão de bico	Pasta de amendoim	Homus de cenoura	Antepasto de berinjela com lentilha
Bebidas	Café Leite Suco de acerola	Café Leite Suco de goiaba	Café Leite Suco de caju	Café Leite Suco manga	Café Leite Suco de cajá
ALMOÇO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Salada crua	Acelga, alface e pepino	Acelga, cenoura e abacaxi	Repolho, alface e beterraba e manga	Acelga, tomate, pimentão e maçã	Repolho roxo, cebola e tomate
Salada cozida	Repolho e cenoura refogados	Batata doce e cenoura	Abobrinha e beterraba refogados	Cenoura e vagem	Chuchu e beterraba
Molho	Tártaro *	Agridoce	Limão	Ervas	Maracujá
Prato principal	Picadinho bovino Coxa sobrecoxa c/ maionese*	Costela bovina assada Frango xadrez	Coxa e sobrecoxa assada Feijoada	Bife bovino assado com batatas Fricassê de frango*	Moqueca de peixe Cubos bovinos acebolados
Vegetariano	Soja à primavera	Suflê de legumes c/ soja*	Lasanha de macaxeira c/ lentilha *	Ovo frito ao molho de tomate	Guisado de legumes c/ grão de bico
Guarnição	Farofa de soja	Cuscuz temperado	Purê misto (batata e abóbora)*	Macarrão ao alho e óleo	Pirão de peixe
Acompanhamentos	Arroz c/ ervilha Arroz integral Feijão Carioca	Arroz branco Arroz integral c/passas Feijão preto	Arroz c/ cenoura Arroz integral Feijão Carioca	Arroz branco Arroz integral c/ abobrinha Feijão tropeiro	Arroz colorido Arroz integral Feijão Carioca
Sobremesa	Melão	Doce de banana	Laranja	Creme de chocolate*	Melancia
Suco	Suco de manga	Suco de manga	Suco de cajá	Suco de goiaba	Suco de caju
JANTAR	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Salada crua/cozida	Abobrinha e batata inglesa	Acelga, pepino e beterraba	Batata doce e abóbora	Repolho, pepino e cenoura	Berinjela e vagem
Molho	Italiano	Ervas	Manga	Limão	Agridoce
Prato principal	Suflê de carne*	Isclas de frango ao molho com legumes	Assado de panela	Coxa e sobrecoxa de frango ao molho	Costela ao molho barbecue
Vegetariano	Soja à bolonhesa	Tomate recheada c/ soja	Estrogonofe de grão de bico*	Omelete de cenoura	Soja à primavera
Tubérculo ou cuscuz	Cuscuz	Macaxeira	Mingau salgado de milho	Batata inglesa e Batata doce	Cuscuz
Acompanhamentos/ Guarnição	Arroz com cenoura	Macarrão ao molho branco	Arroz colorido	Macarrão ao sugo	Arroz branco
Sopa	Sopa de legumes	Sopa de batata	Arroz doce*	Sopa de abóbora	Sopa de carne Sopa grão de bico c/ legumes
Pão/torrada	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
Bebidas	Suco de caju Café Leite*	Suco de cajá Café Leite*	Suco de acerola Café Leite*	Suco de manga Café Leite*	Suco de goiaba Café Leite*

\*com lactose

Cardápio sujeito a alterações