

CARDÁPIO SEMANAL 27/06/2022 a 01/07/2022

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07
Fruta	Melão	Laranja	Melancia	Banana	Maçã
Pão	Pão francês	Pão seda	Pão hotdog	Pão francês	Pão seda
Biscoito	Biscoito doce/salgado	Bolo de cenoura*	Biscoito doce/salgado	Bolo de coco*	Biscoito doce/salgado
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz	Macaxeira	Cuscuz paulista vegano	Batata doce	Cuscuz refogado com tomate e cebolinha
Proteína	Queijo* Carne moída a primavera	Omelete temperada* Carne desfiada acebolada	Queijo* Cubos de carne ao molho branco*	Ovo cozido Isclas de carne acebolada	Queijo* Cubos de carne ao molho madeira
Vegetariano	Soja ao molho	Homus de beterraba	Pasta de amendoim	Croquete de legumes*	Antepasto de berinjela com lentilha
Bebidas	Café Leite Suco de acerola	Café Leite Suco de manga	Café Leite Suco de goiaba	Café Leite Suco de caju	Café Leite Suco de cajá
ALMOÇO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07
Salada crua	Repolho, pepino, beterraba e manga	Acelga, alface ecenoura	Vinagrete	Repolho roxo, cenoura e pepino	Acelga, beterraba e melão
Salada cozida	Batata inglesa e vagem	Chuchu e beterraba	Repolho e cenoura refogados	Batata doce e abóbora	Cenourae Abobrinha
Molho	Mostarda*	Tártaro*	Ervas	Maracujá	Manga
Prato principal	Costela bovina ao molho barbecue Frango tipo salpicão*	Cubos bovinos c/ legumes Croquete de frango*	Feijoada Coxa e sobrecoxa de frango assada c/ legumes	Isca bovina acebolada Gratinado de frango*	Picadinho bovino Peixe à milanesa*
Vegetariano	Soja tropical	Escondidinho de soja *	Grão de bico a portuguesa	Croquete de soja	Lasanha de legumes com lentilha*
Guarnição	Macarrão ao alho e óleo	Pirão	Farofa de cenoura	Legumes ao forno	Purê misto
Acompanhamentos	Arroz c/ couve Arroz integral Feijão Carioca	Arroz temperado Arroz integral c/ passas Feijão tropeiro	Arroz branco Arroz integral Feijão Carioca	Arroz colorido Arroz integral Feijão preto	Arroz à grega Arroz integral Feijão Carioca
Sobremesa	Laranja	Creme de maracujá*	Banana	Creme de chocolate*	Maçã
Suco	Suco de cajá	Suco de goiaba	Suco de caju	Suco de manga	Suco de acerola
JANTAR	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07
Salada crua/cozida	Alface, pepino e manga	Abobrinha e cenoura refogados	Acelga, repolho roxo e tomate	Beterraba e batata inglesa	Repolho, beterraba e pepino
Molho	Agridoce	Ervas	Laranja	Maionese	Italiano
Prato principal	Lasanha de carne moída*	Isclas bovinas na chapa	Hot dog	Costela cozida	Gratinado de carne*
Vegetariano	Lasanha de berinjela*	Cozido de grão de bico	Omelete de legumes*	Soja ao molho	Refogado de feijão c/ lentilha
Tubérculo ou cuscuz	Batata inglesa	Cuscuz	Cuscuz acebolado	Cuscuz	Macaxeira refogada
Acompanhamentos/ Guarnição	Arroz branco	Macarrão ao molho vermelho	Arroz primavera	Macarrão ao alho e óleo	Arroz c/ cenoura
Sopa	Sopa de feijão	Sopa de frango Sopa de soja	Sopa de batata e abóbora	Caldinho de macaxeira	Sopa cremosa de cenoura
Pão/torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada	Pão
Bebidas	Suco de goiaba Café e leite*	Suco de manga Café e leite*	Suco de acerola Café e leite*	Suco de caju Café e leite*	Suco de cajá Café e leite*

* Contém lactose

O cardápio está sujeito a alterações