

**CARDÁPIO SEMANAL 28/03/2022 – 01/04/2022**

ALMOÇO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04
Salada crua	Alface, pepino e melão	Alface, beterraba e cenoura	Alface, repolho e abacaxi	Acelga, Repolho e pepino	Repolho, cenoura e manga
Salada cozida	Quiabo e cenoura	Vagem e batata inglesa	Chuchu e beterraba	Abóbora e batata doce	Batata doce, batata inglesa e abacaxi
Molho	Tártaro	Maracujá	Ervas	Mostarda	Agridoce
Prato principal	Lasanha de carne Filé de frango na chapa	Bife ao molho madeira Suíno na chapa	Feijoada Coxa e sobrecoxa de frango assada	Cubos de frango ao molho de maracujá Assado de panela	Picadinho bovino Peixe à delícia
Vegetariano	Quadrado de repolho com soja	Lasanha de abobrinha com lentilha	Soja à primavera	Grão de bico à portuguesa	Abobrinha recheada com soja ao molho de tomate
Guarnição	Farofa tropical	Purê de batata	Farofa com cebola	Macarrão ao alho e óleo	Quibebe de abóbora
Acompanhamentos	Arroz branco c/ couve folha Arroz integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral yakimeshi Feijão Carioca	Arroz branco Arroz integral c/ couve Feijão Carioca	Arroz c/ ervilha Arroz integral Feijão fradinho	Arroz branco Arroz integral c/ açafrão Feijão Carioca
Sobremesa	Mamão	Creme de goiaba	Laranja	Creme de caramelo	Salada de frutas
Suco	Suco de maracujá	Suco de acerola	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de caju

JANTAR	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04
Salada crua/cozida	Batata inglesa e beterraba	Cenoura, pepino e melão	Batata doce e abóbora	Cenoura e beterraba ralada	Vagem e cenoura
Molho	Limão	Agridoce	Italiano	Manga	Ervas
Prato principal	Cubos de frango ao molho branco	Carne em cubos ao molho ferrugem	Coxa sobrecoxa ao molho	Almondegas de carne ao molho vermelho	Panqueca de frango
Vegetariano	Omelete de legumes	Torta Madalena de soja	Quiche de lentilha com legumes	Soja tropical	Cozido de legumes com grão de bico
Tubérculo ou cuscuz	Cuscuz	Batata doce	Cuscuz	Macaxeira	Cuscuz
Acompanhamentos/ Guarnição	Macarrão ao alho e óleo	Arroz colorido	Macarrão ao molho branco	Arroz branco	Arroz amarelo
Sopa	Sopa de feijão	Sopa de abóbora	Arroz doce	Sopa de legumes	Sopa de carne Sopa de batata com grão de bico
Pão/torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada	Pão
Bebidas	Suco de caju Café Leite	Suco de melancia Café Leite	Suco de maracujá Café Leite	Suco de manga Café Leite	Suco de acerola Café Leite

O cardápio está sujeito a alterações