

**CARDÁPIO SEMANAL 21/03/2022 – 25/03/2022**

<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	<b>SEGUNDA 21/03</b>	<b>TERÇA 22/03</b>	<b>QUARTA 23/03</b>	<b>QUINTA 24/03</b>	<b>SEXTA 25/03</b>
Fruta	Laranja	Melancia			
Pão	Pão francês	Pão seda			
Biscoito	Biscoito salgado/doce	Biscoito salgado/doce			
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz	Batata doce			
Proteína	Ovos mexidos Calabresa acebolada	Queijo/presunto Isclas bovinas ao molho			
Vegetariano	Pasta de amendoim com cacau	Refogado de lentilha			
Bebidas	Café Leite Suco de cajá	Café Leite Suco de acerola			

<b>ALMOÇO</b>	<b>SEGUNDA 21/03</b>	<b>TERÇA 22/03</b>	<b>QUARTA 23/03</b>	<b>QUINTA 24/03</b>	<b>SEXTA 25/03</b>
Salada crua	Repolho, beterraba e melão	Alface, acelga e tomate	Repolho, acelga e manga	Acelga, cenoura e abacaxi	Acelga, beterraba e pepino
Salada cozida	Cenoura e vagem	Beterraba e abobrinha	Abóbora e batata doce	Chuchu e vagem	Abobrinha e repolho roxo
Molho	Limão	Ervas	Agridoce	Tártaro	Mostarda
Prato principal	Cozido de costela bovina c/ maxixe Bisteca suína grelhada	Carne em isca à chinesa Coxa e sobrecoxa ao molho	Baião de dois Strogonoff de frango	Frango ao molho pizzaiolo Torta madalena	Moqueca de peixe Isclas bovina na chapa
Vegetariano	Cozido vegetariano com lentilha	Suflê de legumes com soja	Moqueca de repolho com grão de bico	Lasanha de berinjela com lentilha	Kibe de soja
Guarnição	Farofa	Macarrão	Purê de macaxeira	Cuscuz temperado	Pirão
Acompanhamentos	Arroz branco Arroz integral c/ vagem Feijão Carioca	Arroz c/ cenoura Arroz integral Feijão de carioca	Arroz branco Arroz integral c/ couve Feijão Carioca	Arroz à grega Arroz integral Feijão fradinho	Arroz branco Arroz integral c/ milho Feijão preto
Sobremesa	Doce de banana	Maçã	Laranja	Delícia de abacaxi	Melancia
Suco	Suco de goiaba	Suco de cajá	Suco de caju	Suco de acerola	Suco de manga

<b>JANTAR</b>	<b>SEGUNDA 21/03</b>	<b>TERÇA 22/03</b>	<b>QUARTA 23/03</b>	<b>QUINTA 24/03</b>	<b>SEXTA 25/03</b>
Salada crua/cozida	Batata inglesa e cenoura	Repolho, cenoura e beterraba	Abóbora e chuchu	Alface, acelga e tomate	Acelga e pepino
Molho	Mostarda	Italiano	Limão	Ervas	Tártaro
Prato principal	Frango Xadrez	Picadinho de carne com batata	Panqueca de frango	Cozido bovino com legumes	Coxa e sobrecoxa de frango ao molho
Vegetariano	Croquete de soja ao molho	Soja à bolonhesa	Guisado de legumes com grão de bico	Soja tropical	Cozido vegetariano com lentilha
Tubérculo ou cuscuz	Cuscuz	Cuscuz	Cuscuz	Cuscuz	Macaxeira
Acompanhamentos/ Guarnição	Macarrão ao molho branco	Arroz c/ couve	Arroz à grega	Macarrão ao molho vermelho	Arroz c/ cenoura
Sopa	Sopa de carne Sopa de batata com cenoura	Mugunzá	Sopa de legumes	Sopa de feijão	Sopa de frango Sopa de abóbora
Pão/torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada	Pão
Bebidas	Suco de manga Café Leite	Suco de caju Café com Leite	Suco de goiaba Café com Leite	Suco de cajá Café Leite	Suco de acerola Café Leite

O cardápio está sujeito a alterações