

CARDÁPIO SEMANAL 03 a 07/10/2022

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 14/11	TERÇA 15/11	QUARTA 16/11	QUINTA 17/11	SEXTA 18/11
Fruta	Maçã		Melão	Laranja	Banana
Pão	Pão Hot Dog*		Pão Hot Dog*	Pão francês	Pão Hot Dog *
Biscoito	Biscoito doce/salgado		Biscoito doce/salgado	Bolo de trigo com calda de coco	Biscoito doce/salgado
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz		Cuscuz	Batata doce	Cuscuz temperado
Proteína	Ovo mexido Isca de carne acebolada		Omelete de tomate Frango assado com molho de laranja	Queijo* Cubos de carne cozido	Ovos mexidos Molho hot dog
Vegetariano	Soja com cenoura e ervilha		Lentilha tropical	Almôndega de soja	Abobrinha recheada com soja
Bebidas	Café Leite* Suco de manga		Café Leite* Suco de caju	Café Leite* Suco de goiaba	Café Leite* Suco de maracujá
ALMOÇO	SEGUNDA 14/11		QUARTA 16/11	QUINTA 17/11	SEXTA 18/11
Salada crua	Alface, beterraba e tomate		Repolho, pepino e manga	Acelga, cenoura e manga	Tabule
Salada cozida	Refogado de repolho e cenoura		Abóbora e chuchu assados	Batata doce e beterraba	Batata inglesa e abobrinha
Molho	Abacaxi		Agridoce	Manga	Limão
Prato principal	Frango teryaki Escondidinho de carne*		Suíno ao molho barbecue Carne de panela com cenoura e batata	Frango acebolado Carne cubos tipo yakissoba	Coxa e sobrecoxa assada com maionese Estrogonofe de carne*
Vegetariano	Bolinho de abóbora com grão de bico assado		Batata recheada ao molho de tomate	Yakissoba vegetariano	Lasanha de abobrinha com lentilha*
Guarnição	Cenoura sauté		Polenta de carne Polenta de legumes	Macarrão espaguete ao pesto	Farofa de batata palha
Acompanhamentos	Arroz branco Arroz integral com ervilha Feijão carioca		Arroz branco Arroz integral temperado Feijão preto	Arroz branco com milho Arroz integral Feijão de corda	Arroz branco Arroz integral com passas Feijão carioca
Sobremesa	Melancia		Mamão	Gelatina	Melão
Suco	Suco de goiaba		Suco de manga	Suco de abacaxi	Suco de cajá
JANTAR	SEGUNDA 14/11		QUARTA 16/11	QUINTA 17/11	SEXTA 18/11
Salada crua/cozida	Beterraba e batata inglesa		Acelga, cenoura e beterraba	Cenoura e abóbora	Repolho, tomate e passas
Molho	Italiano*		Manga	Tártaro*	Agridoce
Prato principal	Carne moída à bolonhesa		Coxa e sobrecoxa de frango ao molho de mostarda	Cubos bovinos na maionese de alho*	Carne de panela
Vegetariano	Charuto de repolho c/ soja		Bobó de grão de bico*	Croquete de soja	Ovo ao molho rosê*
Tubérculo ou cuscuz	Cuscuz acebolado		Cuscuz	Cuscuz temperado	Batata doce
Acompanhamentos/ Guarnição	Macarrão ao alho e óleo		Arroz c/ cenoura	Macarrão ao molho vermelho	Arroz c/ vagem
Sopa	Sopa de carne Sopa de batata cremosa		Arroz doce	Sopa de legumes	Sopa de cenoura e abobrinha
Pão/torrada	Torrada		Torrada	Pão	Pão
Bebidas	Suco de abacaxi Café Leite*		Suco de cajá Café Leite*	Suco de goiaba Café Leite*	Suco de manga Café Leite*

* Contém lactose

O cardápio está sujeito a alterações