

CARDÁPIO SEMANAL 10/10/2022 – 14/10/2022

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 10/10	TERÇA 11/10	QUARTA 12/10	QUINTA 13/10	SEXTA 14/10
Fruta	Laranja	Melão		Melancia	Banana
Pão	Pão Hot Dog*	Pão francês		Pão Hot Dog*	Pão Hot Dog *
Biscoito	Biscoito doce/salgado	Bolo de coco*		Biscoito doce/salgado	Biscoito doce/salgado
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz Nordestino	Batata doce		Cuscuz	Cuscuz temperado
Proteína	Queijo* Isclas de carne cozidas	Omelete de tomate Bolinho de carne		Ovos mexidos Gratinado de carne moída*	Queijo* Cubos de carne ao sugo
Vegetariano	Antepasto de soja e legumes	Croquete de legumes e lentilha		Soja à primavera	Homus de cenoura
Bebidas	Café Leite* Suco de goiaba	Café Leite* Suco de abacaxi		Café Leite* Suco de manga	Café Leite* Suco de cajú
ALMOÇO	SEGUNDA 10/10	TERÇA 11/10	QUARTA 12/10	QUINTA 13/10	SEXTA 14/10
Salada crua	Repolho roxo, pepino e maçã	Repolho, cenoura e abacaxi		Acelga, pepino e pimentão	Vinagrete
Salada cozida	Batata inglesa e beterraba	Abóbora e vagem		Batata doce e chuchu	Refogado de repolho e cebola
Molho	Maracujá	Manga		Limão	Laranja
Prato principal	Frango tipo salpicão* Assado de panela	Panqueca de frango* Cubos de carne acebolado		Torta madalena de frango* Picadinho cozido com legumes	Isca de peixe acebolada Jardineira de carne moída
Vegetariano	Suflê de repolho	Moqueca de banana		Kibe vegetariano	Escondidinho vegetariano*
Guarnição	Cenoura sauté	Macarrão ao alho e óleo		Farofa de banana	Cuscuz com tomate e cebolinha
Acompanhamentos	Arroz branco Arroz integral com vagem Feijão tropeiro	Arroz branco com milho Arroz integral Feijão preto		Arroz branco com passas Arroz integral Feijão de corda	Arroz branco Arroz integral com cenoura Feijão carioca
Sobremesa	Melão	Doce de banana		Maçã	Laranja
Suco	Caju	Manga		Goiaba	Maracujá
JANTAR	SEGUNDA 10/10	TERÇA 11/10	QUARTA 12/10	QUINTA 13/10	SEXTA 14/10
Salada crua/cozida	Abóbora e abobrinha	Alface, acelga, cebola e tomate		Abobrinha e beterraba	Repolho roxo, cenoura e melão
Molho	Italiano*	Ervas		Tártaro*	Agridoce
Prato principal	Torta de carne moída*	Isca bovina ao molho vermelho		Cubos bovinos ao molho barbecue	Bife bovino ao creme de batatas*
Vegetariano	Ovos ao molho vermelho	Croquete de soja		Soja à primavera	Guisado de bico com legumes
Tubérculo ou cuscuz	Cuscuz acebolado	Macaxeira		Cuscuz Temperado	Cuscuz
Acompanhamentos/ Guarnição	Macarrão ao molho vermelho	Arroz c/ cenoura		Macarrão ao alho e óleo	Arroz branco
Sopa	Sopa cremosa de batata	Sopa de abóbora		Arroz doce*	Sopa de legumes
Pão/torrada	Pão	Torrada*		Torrada*	Pão
Bebidas	Suco de manga Café Leite	Suco de goiaba Café Leite		Suco de abacaxi Café Leite	Suco de cajú Café Leite