

CARDÁPIO SEMANAL 19/09/2022 – 23/09/2022

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 19/09	TERÇA 20/09	QUARTA 21/09	QUINTA 22/09	SEXTA 23/09
Fruta	Laranja	Maçã		Melão	Melancia
Pão	Pão Hotdog*	Pão francês		Pão Hotdog*	Pão Francês
Biscoito	Biscoito doce/salgado	Bolo de cenoura*		Biscoito doce/salgado	Bolo de trigo*
Tubérculo ou Cuscuz	Cuscuz nordestino*	Batata doce		Cuscuz sertanejo	Cuscuz
Proteína	Ovo mexido Carne desfiada acebolada	Omelete de cenoura Coxa e sobrecoxa assada		Ovo mexido ao molho sugo Carne moída cozida	Queijo Guisado de frango
Vegetariano	Pasta de amendoim	Kafta vegetariana		Cozido de soja	Antepasto de legumes
Bebidas	Café Leite* Suco de goiaba	Café Leite* Suco de caju		Café Leite* Suco de abacaxi	Café Leite* Suco de acerola
ALMOÇO	SEGUNDA 19/09	TERÇA 20/09	QUARTA 21/09	QUINTA 22/09	SEXTA 23/09
Salada crua	Acelga, tomate e abacaxi	Repolho, beterraba e pepino	Alface, acelga e manga	Repolho roxo, cenoura e milho verde	Vinagrete
Salada cozida	Chuchu e vagem assados	Abobrinha e cenoura	Batata inglesa e beterraba	Batata doce e abobora	Refogado de repolho e cenoura
Molho	Abacaxi	Manga	Laranja	Alho*	Limão
Prato principal	Bife de frango na chapa Almôndegas de carne ao molho vermelho	Coxa e sobrecoxa ao molho Bife bovino acebolado	Torta de peixe* Picadinho cozido com legumes	Bobó de frango* Costela assada	Feijoada Isca de frango à dorê
Vegetariano	Croquete de soja	Omelete de queijo*	Risoto de abóbora com lentilha	Moqueca de repolho com grão de bico	Salteado de soja com legumes
Guarnição	Purê misto*	Cuscuz refogado com tomate e cebolinha	Pirão	Macarrão ao alho e óleo	Farofa acebolada
Acompanhamentos	Arroz branco Arroz integral c/vagem Feijão carioca	Arroz branco c/ervilha Arroz integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral c/milho Feijão tropeiro	Arroz branco c/passas Arroz integral Feijão de corda	Arroz branco Arroz integral c/abobrinha Feijão fradinho
Sobremesa	Melão	Doce de abóbora com coco	Maçã	Doce de banana	Laranja
Suco	Manga	Goiaba	Caju	Acerola	Abacaxi
JANTAR	SEGUNDA 19/09	TERÇA 20/09	QUARTA 21/09	QUINTA 22/09	SEXTA 23/09
Salada crua/cozida	Beterraba e batata inglesa	Acelga, tomate e cebola		Alface, acelga e melão	Cenoura e vagem
Molho	Italiano	Ervas		Limão	Agri-doce
Prato principal	Frango xadrez	Isca de carne acebolada		Jardineira de carne moída	Escondidinho de frango*
Vegetariano	Soja à bolonhesa	Ovos ao molho vermelho		Abobrinha recheada c/ soja	Cozido vegetariano com lentilha
Tubérculo ou cuscuz	Cuscuz	Macaxeira		Cuscuz temperado	Batata doce
Acompanhamentos/ Guarnição	Arroz branco	Macarrão ao molho vermelho		Macarrão ao alho e óleo	Arroz c/ passas
Sopa	Sopa de abóbora cremosa	Sopa de feijão		Sopa de legumes	Sopa de batata e abobrinha
Pão/torrada	Torrada	Pão		Pão	Pão
Bebidas	Suco de caju Café Leite	Suco de abacaxi Café Leite		Suco de goiaba Café Leite	Suco de manga Café Leite

* Contém lactose

O cardápio está sujeito a alterações