

CARDÁPIO 28/08/2023 A 01/09/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 28/08	TERÇA 29/08	QUARTA 30/08	QUINTA 31/08	SEXTA 01/09
FRUTA	Banana	Goiaba	Melancia	Melão	Mamão
PRATO PROTEICO	Cubos de carne ao forno	Ovo frito ao molho de tomate	Filé de frango ao forno	Carne guisada	Cubos de frango ao molho
PRATO VEGETARIANO	Soja refogada com milho	Lentilha com legumes	Panqueca de grão-de-bico***	Torta de legumes e ervilha* ** ** **	Kibe de soja
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz com queijo*	Cuscuz simples	Macaxeira	Cuscuz temperado	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO II	Sanduíche grego* ** ** **	Bolo de trigo* ** ** **	Pão com requeijão***	Bolo de leite* ** ** **	Mungunzá*
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de caju
ALMOÇO	SEGUNDA 28/08	TERÇA 29/08	QUARTA 30/08	QUINTA 31/08	SEXTA 01/09
SALADA CRUA	Acelga, tomate e repolho	Pepino, repolho roxo e milho	Alface, alface roxa e tomate	Cenoura, beterraba e acelga	Vinagrete
SALADA COZIDA	abóbora, beterraba e vagem	Abobrinha, cenoura e ervilha	chuchu, Beterraba e cenoura	Batata doce, abóbora e vagem	Repolho e couve refogados
MOLHO	Manga	Ervas	Alho *	Tártaro *	Limão
PRATO PRINCIPAL	Isca de carne à chinesa Coxa sobrecoxa ao forno	Picadinho de carne c/ batata Peixe à dorê ***	Filé de frango na chapa Fígado à portuguesa	Isca de frango a milanesa* ** ** Bife ao molho madeira	Feijoada Frango assado
VEGETARIANO	Croquete de legumes com ervilha ***	Pizza vegetariana * **	Soja Refogada	Bolinho de macaxeira com grão de bico	Torta de lentilha com legumes *
GUARNIÇÃO	Farofa de cenoura	Purê misto *	Macarrão alho e óleo	Purê de batata*	Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz colorido Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral com cenoura Feijão tropeiro	Arroz refogado com abobrinha Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral com brócolis Feijão preto	Arroz branco Arroz integral Feijão corda
SOBREMESA	Melão	Doce de goiaba*	Banana	Manjar* **	Laranja
SUCO	Suco de goiaba	Suco de caju	Suco de manga	Suco de abacaxi	Suco de goiaba
JANTAR	SEGUNDA 28/08	TERÇA 29/08	QUARTA 30/08	QUINTA 31/08	SEXTA 01/09
PROTEÍNA	Frigideira de carne moída** ** ** Cubos de frango ao molho de tomate	Galinha guisada com legumes Panqueca de carne de sol* ** ***	Isca de carne acebolada Fricassê de frango*	Isca de frango ao molho barbecue Escondidinho de carne *	Lasanha de frango* ** ** Picadinho de carne c/ legumes
VEGETARIANO	Bolinho de macaxeira c/ lentilha ***	Falafel ***	Almôndega de soja** ** **	Salpicão vegano com ervilha	Soja à primavera
SALADA	Alface, couve e cenoura ralada	Abóbora, batata doce com milho	Acelga, repolho roxo e tomate	Abobrinha, cenoura e beterraba	Acelga, tomate e cebola
MOLHO P/ SALADA	Maracujá	Alho*	Manga	Ervas	Vinagrete
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de legumes	Canjica*	Canja de galinha Sopa de abóbora	Mungunzá*	Sopa de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com calabresa	Arroz com cebolinha	Cuscuz com verdura	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO III	Batata doce	Macaxeira	Cará	Batata doce	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de cupuaçu

*Contém lactose ** Contém produtos de origem animal ***Contém glúten

O cardápio está sujeito a alterações