

CARDÁPIO 31/07/2023 A 04/08/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 31/07	TERÇA 01/08	QUARTA 02/08	QUINTA 03/08	SEXTA 04/08
FRUTA	Melancia	Mamão	Laranja	Goiaba	Banana
PRATO PROTEICO	Omelete de queijo e tomate*	Isca de frango ao molho	Carne moída gratinada com queijo*	Filé de frango acebolado	Cubos de carne com tomate confit
PRATO VEGETARIANO	Torta salgada de lentilha* ** ***	Homus de beterraba	Soja refogada com milho e ervilha	Nuggets de grão-de-bico***	Creme de ervilha*
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz temperado	Cuscuz amanteigado*	Batata doce	Cuscuz nordestino	Cuscuz simples
ACOMPANHAMENTO II	Pão com requeijão* ** ** **	Bolo mesclado* ** ** **	Pão com queijo* ** ** **	Bolo de cenoura c/ chocolate* ** ** **	Mingau de chocolate* **
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de caja	Café / Leite* ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de manga
ALMOÇO	SEGUNDA 31/07	TERÇA 01/08	QUARTA 02/08	QUINTA 03/08	SEXTA 04/08
SALADA CRUA	Acelga, alface roxa, alface	Pepino e Cenoura	Alface, pepino e manga	Acelga, repolho verde e cenoura ralada	Vinagrete
SALADA COZIDA	Abobrinha e Cenoura	Chuchu, abobrinha e beterraba	Abóbora e batata doce	Batata inglesa e beterraba	Couve e repolho refogados
MOLHO	Mostarda*	Ervas	Alho *	Tártaro*	Limão
PRATO PRINCIPAL	Bife ao molho Ferrugem Fricassê de Frango*	Filé de frango ao molho mostarda Churrasco Misto (Carne e calabresa)	Picadinho de Carne c/ legumes Escondidinho de frango c/ Milho*	Frango Guisado Paçoca de Carne	Feijoada Coxa e Sobrecoxa ao forno
VEGETARIANO	Soja refogada	Moqueca de banana com grão de bico	Abobrinha recheada com lentilha	Escondidinho de soja com ervilha	Lasanha de Berinjela* ** ** **
GUARNIÇÃO	Farofa Crocante	Purê de Batata*	Macarrão ao alho e óleo	Pirão de Galinha**	Farofa de cebola
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral c/ cenoura Feijão Preto	Arroz branco c/ Milho Arroz integral Feijão Carioca	Arroz branco c/ ervilha Arroz integral Feijão de Corda	Arroz branco Arroz integral c/ brócolis Feijão Carioca	Arroz branco c/ cenoura Arroz integral Feijão fradinho
SOBREMESA	Goiaba	Gelatina	Banana	Doce de Goiaba	Laranja
SUCO	Suco de Manga	Suco de Goiaba	Suco de Caju	Suco de Graviola	Suco de caja
JANTAR	SEGUNDA 31/07	TERÇA 01/08	QUARTA 02/08	QUINTA 03/08	SEXTA 04/08
PROTEÍNA	Coxa e sobrecoxa assada Carne de sol desfiada ao creme* ***	Frigideira de carne moída** ** ** Isca de frango com batatas	Galinha guisada Peixe empanado	Panqueca de carne ao molho de tomate * ** ** ** Bisteca Suína assada	Isca de frango na chapa Cubos de carne ao molho escuro
VEGETARIANO	Torta de legumes com ervilha	Hamburguer de soja** ** **	Grão de bico ao vinagrete	Croquete de legumes com lentilha	Bolinho de batata com soja
SALADA	Cenoura, chuchu, beterraba	Acelga, alface e cenoura	Repolho roxo, alface e pepino	Abóbora, batatinha e abobrinha	Alface, couve e manga
MOLHO P/ SALADA	Alho*	Laranja	Agridoce	Ervas	Tártaro*
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de legumes	Canjica*	Sopa de carne com legumes Sopa de abóbora	Mungunzá	Sopa de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com ovo	Macarrão ao molho de tomate	Cuscuz temperado	Arroz com milho	Cuscuz c/ calabresa
ACOMPANHAMENTO III	Cará	Macaxeira	Batata doce	Cará	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de Graviola	Café / Leite* ** Suco de caja	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de manga

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

O cardápio está sujeito a alterações