

CARDÁPIO 15/05/2023 A 19/05/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 15/05	TERÇA 16/05	QUARTA 17/05	QUINTA 18/05	SEXTA 19/05
FRUTA	Mamão	Laranja	Melancia	Abacaxi com raspas de limão	Banana
PRATO PROTEICO	Ovo mexido	Carne de sol desfiada e acebolada	Isca de frango com tomate e pimentão à julienne	Cozido de panela	Cubos de frango na chapa com molho cremoso de alho* **
PRATO VEGETARIANO	Soja à primavera	Almôndegas de grão-de-bico***	Bolinho de batata doce com lentilha	Soja à bolonhesa	Hambúrguer de grão-de-bico
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz temperado	Cuscuz com ovos	Macaxeira	Cuscuz simples	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO II	Pão com requeijão* **	Bolo mesclado* ** **	Sanduíche de queijo quente com orégano * ** **	Mungunzá doce*	Sanduíche de queijo e tomate* ** ***
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de uva	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de caju
ALMOÇO	SEGUNDA 15/05	TERÇA 16/05	QUARTA 17/05	QUINTA 18/05	SEXTA 19/05
SALADA CRUA	Repolho ,tomate e cenoura	Alface , beterraba e acelga	Alface , pepino e acelga	Alface , cenoura e pimentão	Tomate , acelga e repolho
SALADA COZIDA	Beterraba e abobrinha	Abóbora e chuchu	Batata inglesa e beterraba	Abóbora e batata doce	Cenoura e chuchu
MOLHO	Agridoce	Limão	Tártaro* **	Manga	Ervas
PRATO PRINCIPAL	Isca de frango à chinesa Picadinho de carne com batatas	Coxas e sobrecoxas assadas Cozido misto (Carne e linguiça)	Filé de frango grelhado Carne de sol ao creme *	Suino assado Cubos de frango ao pomodoro	Galinha guisada Paçoca de carne
VEGETARIANO	Torta de legumes com ervilhas * ** **	Grão de bico com cheiro verde	Abobrinha recheada com s oja	Charuto de repolho com lentilhas	Almôndegas de soja ao molho de tomate
GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Pirão de carne	Farofa de cebola	Purê misto* **	Macarrão c/orégano
ACOMPANHAMENTOS	Arroz colorido Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral c/cenoura Feijão fradinho	Arroz c/ervilhas Arroz integral feijão preto	Arroz branco Arroz integral c/ abobrinha Feijão carioca	Arroz c/ milho arroz integral Feijão preto
SOBREMESA	Melão	Doce de goiaba * **	Banana	Gelatina**	Melancia
SUCO	Suco de goiaba	Suco de uva	Suco de caju	Suco de acerola	Suco de manga
JANTAR	SEGUNDA 15/05	TERÇA 16/05	QUARTA 17/05	QUINTA 18/05	SEXTA 19/05
PROTEÍNA	Frango á portuguesa Escondidinho de carne moída* ** ***	Lasanha de frango* ** ** Cubos de carne ao molho escuro	Empadão de carne* ** ** Frango guisado	Peixe à doré*** Almôndega de carne moída ao molho de tomate***	Bife de panela Isca de frango acebolado
VEGETARIANO	Panqueca de soja	Abobrinha com lentilhas ao molho branco* **	Quibe de forno	Falafel assado***	Grão de bico ao vinagrete
SALADA	Alface , tomate e acelga	Acelga , chuchu e cenoura	Alface, beterraba e abacaxi	Cenoura , abobrinha e repolho	Repolho, pepino e cenoura
MOLHO P/ SALADA	laranja	Alho	Manga	Agridoce	Limão
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de carne com legumes sopa de legumes	Mungunzá* ** **	Sopa de feijão	Arroz doce* **	Sopa de frango com abobrinha Sopa de legumes
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com calabresa	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz com ovos	Arroz com cenoura e ervilhas	Cuscuz com verduras
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Cará	Batata doce	Macaxeira	Batata doce
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
CAFÉ/LEITE	Café/Leite* **	Café/Leite* **	Café/Leite* **	Café/Leite* **	Café/Leite* **
SUCO	Caju	Manga	Acerola	Uva	Goiaba

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

O cardápio está sujeito a alterações