

CARDÁPIO 06/11/2023 À 10/11/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 06/11	TERÇA 07/11	QUARTA 08/11	QUINTA 09/11	SEXTA 10/11
FRUTA	Laranja	Melão	Banana	Melancia	Salada de frutas
PRATO PROTEICO	Frango guisado	Isca de carne ao sugo	Cubos de frango ao molho tártaro*	Carne moída refogada	Ovos mexidos
PRATO VEGETARIANO	Soja acebolada	Homus de beterraba	Hambúrguer de lentilha***	Grão-de-bico ao vinagrete	Linguiça de soja com molho barbecue***
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz simples	Cuscuz com cheiro verde	Macaxeira	Cuscuz com ovo**	Cuscuz temperado
ACOMPANHAMENTO II	Mingau de aveia com banana* **	Bolo de trigo com goiabada* ** ***	Misto quente* ** ***	Bolo de chocolate* ** ***	Pão com requeijão* ** ***
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de graviola	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de manga
ALMOÇO	SEGUNDA 06/11	TERÇA 07/11	QUARTA 08/11	QUINTA 09/11	SEXTA 10/11
SALADA CRUA	Acelga e mix de repolhos	Alface, couve e tomate	Pepino, alface roxo e cenoura	Repolho, beterraba e manga	Vinagrete
SALADA COZIDA	Batata doce e abóbora	Vagem, batata e cenoura	Chuchu e beterraba	Batata e vagem	Couve e cenoura refogados
MOLHO	Laranja	Mostarda*	Limão	Alho*	Maracujá
PRATO PRINCIPAL	Isca de carne ao forno com pimentão Galinha guisada	Carne ao molho madeira Filé de peixe ao forno	Creme de frango * *** Fígado acebolado	Cubos de frango ao molho de mostarda Empadão de carne* ** ***	Feijoada Frango à dorê ***
VEGETARIANO	Soja à primavera	Torta de lentilha e milho* ** ***	Homus de cenoura	Abobrinha recheada com soja	Moqueca de banana c/ grão de bico
GUARNIÇÃO	Pirão de galinha **	Purê de batata **	Farofa de cuscuz	Macarrão ao alho e óleo	Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral com cenoura Feijão carioca	Arroz com milho Arroz integral Feijão tropeiro	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão preto	Arroz com ervilha Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral com cenoura Feijão de corda
SOBREMESA	Melão	Mousse de maracujá*	Melancia	Doce de banana	Laranja
SUCO	Suco de acerola	Suco de tamarindo	Suco de manga	Suco de graviola	Suco de abacaxi
JANTAR	SEGUNDA 06/11	TERÇA 07/11	QUARTA 08/11	QUINTA 09/11	SEXTA 10/11
PROTEÍNA	Bife acebolado Fricassê de frango*	Cubos de frango ao molho de tomate Paçoca de carne	Torta madalena de carne * Frango guisado com legumes	Carne de sol ao creme* Isclas de suíno ao molho barbecue	Almôndega de carne moída ao molho *** Filé frango grelhado
VEGETARIANO	Bolinho de batata com ervilha***	Pimentão recheado com soja ao molho	Hambúrguer de grão-de-bico ***	Lentilha refogada ao molho	Yakissoba de soja***
SALADA	Alface, tomate, cebola	Batatinha, cenoura e chuchu.	Acelga, couve e cenoura	Abobrinha, beterraba, ervilha	Acelga, repolho roxo, pepino
MOLHO P/ SALADA	Alho*	Ervas	Laranja	Agridoce	Tártaro*
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de frango com legumes Sopa de legumes	Canjica*	Sopa de abóbora	Mungunzá * **	Caldo de feijão com charque Caldo de feijã
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz amanteigado	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz com calabresa**	Arroz com cenoura	Cuscuz com ovo*
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Bolo de chocolate * ** ***
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de acerola

*Contém lactose

** Contém produtos de origem animal

***Contém glúten

O cardápio está sujeito a alterações