

## CARDÁPIO 23/10/2023 A 27/10/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 23/10	TERÇA 24/10	QUARTA 25/10	QUINTA 26/10	SEXTA 27/10
FRUTA	Melancia	Laranja	Banana	Melão	Goiaba
PRATO PROTEICO	Ovos mexidos	Cubos de frango ao molho de laranja	Isca de carne ao molho vermelho	Creme de frango*	Cachorro quente
PRATO VEGETARIANO	Soja refogada com milho e ervilha	Torta de legumes e ervilha*	Panqueca de lentilha* ** **	Wrap de couve com soja cremosa*	Grão-de-bico ao molho vermelho
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz temperado	Cuscuz simples	Macaxeira	Cuscuz com cheiro verde	Cuscuz com tomate e pimentão
ACOMPANHAMENTO II	Pão com queijo* ** **	Bolo de chocolate* ** **	Mingau de aveia, banana, maçã e canela* ** **	Bolo de trigo com calda de laranja* ** **	Pão com requeijão* ** **
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de Graviola	Café / Leite* ** Suco de acerola
ALMOÇO	SEGUNDA 23/10	TERÇA 24/10	QUARTA 25/10	QUINTA 26/10	SEXTA 27/10
SALADA CRUA	Alface, tomate e pepino	Acelga, cenoura e abacaxi	Repolho roxo, acelga e milho	Alface roxa, Acelga e cenoura	Vinagrete
SALADA COZIDA	Beterraba c/ abobrinha e milho	Abóbora c/ batata doce	Batata c/ cenoura e ervilha	Chuchu c/ vagem	Couve e acelga refogados
MOLHO	Alho *	Tártaro * **	Ervas	Laranja	Limão
PRATO PRINCIPAL	Frango xadrez Isca de carne acebolada	Filé de frango grelhado Fígado à portuguesa	Picadinho de carne c/ legumes Frigideira de frango c/ milho * **	Bife ao molho escuro c/ batata *** Fricassê de frango* **	Feijoada Frango assado
VEGETARIANO	Grão de bico ao vinagrete	Ovo frito ao molho de tomate**	Quibe de soja	Lentilha refogada com legumes	Soja refogada com milho
GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Farofa de cebola	Purê misto *	Macarrão ao molho de tomate	Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral c/ ervilha Feijão preto	Arroz c/ cenoura Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral c/ cenoura Feijão Tropeiro	Arroz colorido Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral c/ milho Feijão Macassar
SOBREMESA	Melão	Manjar *	Melancia	Delícia de abacaxi*	Laranja
SUCO	Acerola	Goiaba	Graviola	Manga	Abacaxi
JANTAR	SEGUNDA 23/10	TERÇA 24/10	QUARTA 25/10	QUINTA 26/10	SEXTA 27/10
PROTEÍNA	Torta madalena de carne de sol* Coxa e sobrecoxa assada ao creme de cebola	Escondidinho de carne* Isca de frango acebolado	Frango guisado com batatas Cubos de carne acebolado	Filé de peixe à parmegiana* *** Carne moída ao molho de tomate	Isca de carne com legumes Bisteca assada
VEGETARIANO	Almôndega de soja ao molho***	Abobrinha com lentilha ao molho	Moqueca de banana com grão de bico	Panqueca de soja ao molho * ** **	Torta de legumes com ervilha * ** ***
SALADA	Alface roxo, acelga e beterraba ralada	Beterraba, cenoura e chuchu	Vinagrete	Abobrinha, cenoura milho	Alface, tomate e pepino
MOLHO P/ SALADA	Ervas	Agridoce	Limão	Tártaro * **	Alho *
ACOMPANHAMENTO I	Creme de abóbora	Mungunzá *	Sopa de carne com legumes/ Sopa de legumes	Canjica *	Canja de galinha ** Sopa de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com ovo **	Arroz com brócolis	Cuscuz com cebolinha	Macarrão alho e óleo	Cuscuz amanteigado
ACOMPANHAMENTO III	Bolo de laranja* ** **	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de graviola	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de tamarindo

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

**O cardápio está sujeito a alterações**