

CARDÁPIO 30/10/2023 A 03/11/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 30/10	TERÇA 31/10	QUARTA 01/11	QUINTA 02/11	SEXTA 03/11
FRUTA	Banana	Melão	Laranja		Goiaba
PRATO PROTEICO	Carne moída ao sugo	Ovos mexidos	Frango xadrez		Cubos de frango cozido
PRATO VEGETARIANO	Soja ao sugo	Lentilha refogada com legumes	Grão-de-bico ao vinagrete		Hambúrguer de grão-de-bico***
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz amanteigado*	Cuscuz simples	Batata doce amanteigada*		Cuscuz temperado
ACOMPANHAMENTO II	Pão com requeijão* ** ** **	Bolo de leite* ** ** **	Misto quente* ** ** **		Bolo de canela* ** ** **
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de acerola		Café / Leite* ** Suco de caju
ALMOÇO	SEGUNDA 30/10	TERÇA 31/10	QUARTA 01/11	QUINTA 02/11	SEXTA 03/11
SALADA CRUA	Alface, tomate e milho	Alface, pepino e cebola	Alface roxo, acelga e couve		Alface, acelga e manga
SALADA COZIDA	Beterraba c/ cenoura	Batata doce, abóbora e ervilha	Chuchu, cenoura e milho		Abóbora e batata doce
MOLHO	Agri-doce	Manga	Limão		Alho
PRATO PRINCIPAL	Isca de carne à chinesa Frango assado	Picadinho de carne com legumes Bisteca suína assada ao molho de mostarda	Salpicão quente Carne de sol acebolada		Bife ao molho ferrugem Frango à milanesa***
VEGETARIANO	Falafel	Soja ao molho de tomate	Torta de legumes com lentilha* ** ** **		Rosti de Macaxeira c/ ervilha
GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Purê de batatas*	Farofa de cuscuz		Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral c/ cenoura Feijão carioca	Arroz c/ milho Arroz integral Feijão tropeiro	Arroz branco Arroz integral c/ brócolis Feijão preto		Arroz c/ abobrinha Arroz integral Feijão carioca
SOBREMESA	Laranja	Gelatina	Melancia		Melão
SUCO	Manga	Goiaba	Abacaxi		Graviola
JANTAR	SEGUNDA 30/10	TERÇA 31/10	QUARTA 01/11	QUINTA 02/11	SEXTA 03/11
PROTEÍNA	Escondidinho de frango* Cubo de carne com legumes	Isca de carne acebolado Frango ao molho barbecue	Paleta suína assada Bife de panela		Lasanha de carne * ** ** Frango guisado com abóbora
VEGETARIANO	Torta de ervilha com legumes * ** ** **	Grão de bico refogado com milho	Bolinho de batata com soja **		Almôndega de soja ao molho de tomate **
SALADA	Acelga, tomate e cenoura	Beterraba, batata inglesa e milho	Alface, repolho roxo e manga		Alface roxa, acelga e tomate
MOLHO P/ SALADA	Limão	Tártaro*	Laranja		Manga
ACOMPANHAMENTO I	Mungunzá*	Sopa de legumes	Canja de galinha** Creme de batata		Sopa de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Arroz com abobrinha	Cuscuz com ovos e cheiro verde**	Macarrão ao alho e óleo		Cuscuz com calabresa**
ACOMPANHAMENTO III	Batata doce	Macaxeira	Cará		Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada		Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de caju	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