

## CARDÁPIO 04/09/2023 A 08/09/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 04/09	TERÇA 05/09	QUARTA 06/09	QUINTA 07/09	SEXTA 08/09
FRUTA	Melão	Banana	Mamão		Salada de frutas
PRATO PROTEICO	Ovos mexidos	Cubos de carne com legumes	Creme de frango*		Isca de frango ao molho
PRATO VEGETARIANO	Lentilha cremosa*	Hambúrguer de grão-de-bico***	Bolinho de lentilha ** ***		Salpicão vegano
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz amanteigado*	Cuscuz com ervas	Batata doce		Cuscuz simples
ACOMPANHAMENTO II	Misto quente * ** ***	Mingau de aveia e banana* **	Sanduíche de queijo* ** ***		Pão com requeijão
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de manga		Café / Leite* ** Suco de acerola
ALMOÇO	SEGUNDA 04/09	TERÇA 05/09	QUARTA 06/09	QUINTA 07/09	SEXTA 08/09
SALADA CRUA	Alface, cebola e tomate	Alface roxa, cenoura e manga	Acelga, alface, tomate e pimentão		Alface, acelga e pepino
SALADA COZIDA	Cenoura e batata doce	Batata inglesa e beterraba	Abobrinha e vagem refogados		Abóbora e batata
MOLHO	Mostarda	Ervas	Agridoce		Limão
PRATO PRINCIPAL	Cubos de frango acebolado Carne de sol desfiada ao creme*	Strogonoff de carne* Bisteca suína ao forno	Frango xadrez Kibe de forma		Bife bovino ao molho ferrugem Peixe à delícia* ***
VEGETARIANO	Nuggets de grão de bico	Torta de legumes com lentilha* ** ***	Moqueca de banana com grão-de-bico		Sufilé de legumes e soja**
GUARNIÇÃO	Farofa de cuscuz	Purê misto*	Macarrão espaguete ao alho e óleo		Farofa de cenoura
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral c/ brócolis Feijão carioca	Arroz branco c/ passas Arroz integral Feijão corda	Arroz branco Arroz integral c/ cenoura Feijão preto		Arroz colorido Arroz integral com milho Feijão fradinho
SOBREMESA	Banana	Gelatina**	Melancia		Laranja
SUCO	Suco de manga	Suco de caju	Suco de tamarindo		Suco de abacaxi
JANTAR	SEGUNDA 04/09	TERÇA 05/09	QUARTA 06/09	QUINTA 07/09	SEXTA 08/09
PROTEÍNA	Panqueca de carne com molho de tomate* ** *** Frango assado	Isca de Frango grelhado Jardineira de carne	Bife de panela Creme de frango*		Cubos suíno ao molho barbecue Almôndega de carne ***
VEGETARIANO	Moqueca de repolho com grão de bico	Omelete de legumes (Cenoura, milho e soja) **	Bolinho de soja ***		Soja refogada
SALADA	Alface, repolho e cenoura ralada	Abobrinha, abóbora e chuchu	Alface roxa, cenoura e pepino		Trio ralado (cenoura, beterraba e pepino)
MOLHO P/ SALADA	Molho de ervas	Molho de Tártaro *	Molho de limão		Molho de manga
ACOMPANHAMENTO I	Creme de abóbora	Sopa de feijão	Mungunzá *		Arroz Doce*
ACOMPANHAMENTO II	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz com verdura	Cuscuz com ovos**		Cuscuz c/ calabresa**
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Batata doce	Cará		Batata Doce
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada		Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de caju		Café / Leite* ** Suco de tamarindo

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

**O cardápio está sujeito a alterações**