

CARDÁPIO 19/08/2024 A 23/08/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 19/08	TERÇA 20/08	QUARTA 21/08	QUINTA 22/08	SEXTA 23/08
FRUTA	Melão	Laranja	Melancia	Banana	Manga
PRATO PROTEICO	Isca de frango ao forno com alecrim	Cubos de carne ao molho	Ovos mexidos e temperados	Carne de sol desfiada e acebolada	Frango à moda da casa
PRATO VEGETARIANO	Wrap de couve e soja	Bolinho de grão-de-bico***	Lentilha ao vinagrete	Quibe de soja***	Ervilhas salteadas com azeitonas
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz à grega**	Cuscuz simples	Batata doce	Cuscuz temperado	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO II	Pão com queijo* ** ** **	Mungunzá*	Misto quente* ** ** **	Mingau de chocolate*	Bolo formigueiro* ** ** **
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de manga	Café / Leite * ** Suco de cajá	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite * ** Suco de tamarindo	Café / Leite * ** Suco de caju
ALMOÇO	SEGUNDA 19/08	TERÇA 20/08	QUARTA 21/08	QUINTA 22/08	SEXTA 23/08
SALADA CRUA	Alface, tomate e pimentão	Repolho roxo, pepino e manga	Acelga, tomate e cebola roxa	Alface, repolho e beterraba	Vinagrete
SALADA COZIDA	Batata doce e beterraba	Abobrinha e cenoura	Cenoura e beterraba	Abóbora e batata doce	Cenoura e couve refogados
MOLHO	Ervas	Manga	Mostarda*	Agridoce	Limão
PRATO PRINCIPAL	Moqueca de peixe Cubo de carne assada c/ batatinha	Isclas de carne acebolado Silverinha de frango	Torta madalena de frango * Carne de panela em cubo	Carne xadrez Isca de frango à dorê***	Feijoada Frango assado
VEGETARIANO	Salpicão vegano c/ ervilha	Ovo frito **	Pizza vegetariana de soja* ** ** **	Lentilha cremosa	Almôndegas de soja ao molho ** ** **
GUARNIÇÃO	Pirão de peixe**/ Pirão de legumes	Farofa de cebola	Purê misto*	Macarrão c/ ervas***	Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz c/ abobrinha Arroz integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral c/ ervilha Feijão carioca	Arroz colorido Arroz integral Feijão de corda	Arroz branco Arroz integral c/ brócolis Feijão carioca	Arroz branco c/ cebolinha Arroz integral Feijão fradinho
SOBREMESA	Melancia	Gelatina com creme* **	Melão	Mousse de maracujá* **	Laranja
SUCO	Suco de abacaxi	Suco de goiaba	Suco de caju	Suco de manga	Suco de tamarindo
JANTAR	SEGUNDA 19/08	TERÇA 20/08	QUARTA 21/08	QUINTA 22/08	SEXTA 23/08
PROTEÍNA	Filé de frango grelhado Torta de carne* ** ** **	Carne à portuguesa** Isclas suína ao barbecue	Cubo de frango ao sugo isca de carne acebolada	Bife ao pomodoro Lasanha de frango* ** ** **	Filé de frango ao molho mostarda Carne guisada com legumes
VEGETARIANO	Grão de bico ao vinagrete	Soja refogada com azeitonas	Guisado de ervilha	Escondidinho de soja*	Bolinho de lentilha ** ** **
SALADA	Alface, cenoura e beterraba	Cenoura, chuchu e abobrinha	Acelga, repolho e pepino	Chuchu e abóbora c/ ervas	Mix de repolho e tomate
MOLHO P/ SALADA	Agridoce	Tártaro* **	Limão	laranja	Manga
ACOMPANHAMENTO I	Caldo de macaxeira c/ e s/ charque	Mungunzá *	Arroz doce *	Sopa de frango com abobrinha Sopa de legumes	Sopa de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz c/ cheiro verde	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz com calabresa**	Arroz c/ cenoura	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO III	Cará	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de Tamarindo	Café / Leite* ** Suco de Caju	Café / Leite* ** Suco de Manga	Café / Leite* ** Suco de Goiaba	Café / Leite* ** Suco de Acerola

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

O cardápio está sujeito a alterações