

CARDÁPIO 12/08/2024 A 16/08/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 12/08	TERÇA 13/08	QUARTA 14/08	QUINTA 15/08	SEXTA 16/08
FRUTA	Banana	Mamão	Laranja		Salada de frutas
PRATO PROTEICO	Ovos mexidos	Filé de frango ao forno	Carne moída ao pomodoro		Cozido bovino
PRATO VEGETARIANO	Guisado de grão-de-bico	Hambúrguer de lentilha***	Ervilhas ao pomodoro		Soja refogada
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz temperado	Cuscuz com ovo**	Cará		Cuscuz simples
ACOMPANHAMENTO II	Mingau de aveia, maçã e banana*	Bolo de laranja* ** ** **	Sanduíche de queijo e tomate* ** ** **		Sanduíche grego* ** ** **
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de abacaxi	Café / Leite * ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de manga		Café / Leite * ** Suco de caju
ALMOÇO	SEGUNDA 12/08	TERÇA 13/08	QUARTA 14/08	QUINTA 15/08	SEXTA 16/08
SALADA CRUA	Acelga, tomate e cenoura	Repolho roxo e alface	Repolho, tomate e laranja	Alface, pepino e beterraba	Acelga, cenoura e cebola
SALADA COZIDA	Abobrinha e abóbora	Couve e cenoura refogados	Cenoura e chuchu	Abóbora e vagem	Batatinha e beterraba
MOLHO	Molho de laranja	Molho tártaro* **	Molho agridoce	Molho de limão	Molho rosê **
PRATO PRINCIPAL	Churrasco misto (calabresa e carne de sol) Cubos de frango à portuguesa	Isca de fígado acebolado Cubo de frango com batatinha	Bife bovino ao molho ferrugem Filé de frango à milanesa ***	Cubos bovino ao molho agridoce Frango assado com ervas	Lasanha à bolonhesa * ** ** ** Isclas de frango aceboladas
VEGETARIANO	Bife de soja ao molho ***	Bolinho de macaxeira com ervilha	Soja à bolonhesa	Lentilha ao vinagrete	Estrogonofe de grão de bico* ** **
GUARNIÇÃO	Farofa de cebola	Quibebe de abóbora	Macarrão ao alho e óleo***	Farofa crocante	Purê de batata*
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral c/ açafrão Feijão corda	Arroz com milho Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral c/ brócolis Feijão preto	Arroz com cenoura Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão tropeiro
SOBREMESA	Melão	Goiabada ao creme*	Melancia	Gelatina de limão**	Laranja
SUCO	Suco de manga	Suco de caju	Suco de acerola	Suco de goiaba	Suco de tamarindo
JANTAR	SEGUNDA 12/08	TERÇA 13/08	QUARTA 14/08	QUINTA 15/08	SEXTA 16/08
PROTEÍNA	Creme de frango * ** * Isclas de carne acebolada	Frango assado Isclas de carne do sol ao creme * ** *	Picadinho de carne com legumes Escondidinho de frango * ** ** *	Isca de frango na chapa Jardineira de carne	Empadão de frango * ** ** * Carne de panela
VEGETARIANO	Torta de legumes com lentilha***	Panqueca de soja ao molho* ** ** *	Grão-de-bico ao sugo	Ovo vermelho**	Bolinho de batata c/ ervilha
SALADA	Alface, tomate e pepino	Abóbora, batata doce e chuchu	Acelga, repolho roxo e manga	Batatinha, beterraba, cenoura	Cenoura, alface e acelga
MOLHO P/ SALADA	Alho *	Agridoce	Laranja	Tártaro*	Ervas
ACOMPANHAMENTO I	Creme de Abóbora	Mungunzá*	Sopa de frango** / Sopa de legumes	Canjica*	Sopa de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz c/ ovos **	Macarrão ao molho de tomate***	Cuscuz simples	Arroz colorido	Cuscuz amanteigado
ACOMPANHAMENTO III	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Cará	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de Acerola	Café / Leite* ** Suco de Goiaba	Café / Leite* ** Suco de Abacaxi	Café / Leite* ** Suco de Manga	Café / Leite* ** Suco de Caju

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

O cardápio está sujeito a alterações