

CARDÁPIO 29/01/2024 À 02/02/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 29/01	TERÇA 30/01	QUARTA 31/01	QUINTA 01/02	SEXTA 02/02
FRUTA	Goiaba	Melancia	Mamão	Banana	Salada de frutas
PRATO PROTEICO	Carne de sol desfiada e acebolada	Filé de frango ao forno	Carne guisada	Frango guisado	Carne moída ao sugo
PRATO VEGETARIANO	Salpicão vegano de ervilha	Bolinho de macaxeira com soja***	Ervilha refogada com legumes	Soja ao molho vermelho	Torta de lentilha* ** ** *
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz com tomate e pimentão	Cuscuz com calabresa	Batata doce	Cuscuz simples	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO II	Mingau de aveia, banana e maçã*	Pão com queijo* ** ** *	Bolo de coco com calda de chocolate * ** ** *	Pão com requeijão* ** ** *	Bolo de laranja * ** ** *
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de cajá	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de caju
ALMOÇO	SEGUNDA 29/01	TERÇA 30/01	QUARTA 31/01	QUINTA 01/02	SEXTA 02/02
SALADA CRUA	Acelga, tomate e milho	Alface, repolho e manga	Pepino, tomate e couve	Alface, repolho roxo e ervilha	Vinagrete
SALADA COZIDA	Chuchu e abóbora	Batata inglesa e beterraba	Cenoura e chuchu	abobrinha e vagem refogados	Couve e repolho refogado
MOLHO	Alho *	Agridoce	Tártaro*	Ervas	Limão
PRATO PRINCIPAL	Churrasco misto (carne e linguiça) Isca de frango ao molho de tomate	Galinha guisada Paçoca de carne	Strogonoff de carne * Peixe empanado ***	Carne de panela ao molho escuro Frango assado com ervas	Feijoada Isca de frango à dorê
VEGETARIANO	Almôndega de soja ao molho branco	Frigideira de ervilha * ** ** *	Quibe de soja	Torta de ervilha e legumes **	Soja à primavera
GUARNIÇÃO	Farofa de banana	Pirão de galinha	Macarrão ao molho de tomate	Purê de abóbora	Farofa de cenoura
ACOMPANHAMENTOS	Arroz Branco Arroz integral c/ ervilha Feijão Carioca	Arroz c/ milho Arroz integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral c/ cebolinha Feijão corda	Arroz c/ ervilha Arroz integral Feijão fradinho	Arroz branco Arroz integral c/ brócolis Feijão carioca
SOBREMESA	Melancia	Doce de banana	Banana	Doce de goiaba *	Laranja
SUCO	Suco de acerola	Suco de caju	Suco de graviola	Suco de abacaxi	Suco de manga
JANTAR	SEGUNDA 29/01	TERÇA 30/01	QUARTA 31/01	QUINTA 01/02	SEXTA 02/02
PROTEÍNA	Frango assado Cubos bovino ao molho barbecue	Lasanha de frango* ** ** ** *	Torta de carne * ** ** ** *	Suíno assado com molho de laranja Carne xadrez	Frango à portuguesa Isca de carne acebolada
VEGETARIANO	Lentilha ao molho	Hambúrguer de soja***	Falafel	Lasanha de berinjela com soja* **	Bolinho macaxeira Ervilha***
SALADA	Couve, tomate e pimentão	Batata doce, abóbora e milho	Acelga, couve e tomate	Beterraba, cenoura e batatinha	Alface, tomate e pepino
MOLHO P/ SALADA	Limão	Ervas	Manga	Agridoce	Alho*
ACOMPANHAMENTO I	Caldo de feijão	Mungunzá* **	Sopa de abóbora	Canjica*	Sopa de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com calabresa**	Cuscuz temperado	Arroz com milho	Macarrão com orégano	Cuscuz com ovo**
ACOMPANHAMENTO III	Bolo formigueiro * ** ** *	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira	Batata doce
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de caju

*Contém lactose

** Contém produtos de origem animal

***Contém glúten

O cardápio está sujeito a alterações