

CARDÁPIO 01/07/2024 A 05/07/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 01/07	TERÇA 02/07	QUARTA 03/07	QUINTA 04/07	SEXTA 05/07
FRUTA	Melancia	Laranja	Mamão	Banana	Melão
PRATO PROTEICO	Carne moída refogada	Ovos mexidos e temperados	Cubos de frango ao pomodoro	Carne desfiada e acebolada	Frango guisado
PRATO VEGETARIANO	Lentilha ao vinagrete	Hambúrguer de soja***	Ervilhas ao pomodoro	Falafel de grão-de-bico***	Panqueca de soja ao sugo***
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz simples	Cuscuz temperado	Macaxeira	Cuscuz com tomate	Cuscuz com cheiro verde
ACOMPANHAMENTO II	Torradas***	Sanduíche de queijo* ** ***	Bolo mesclado* ** ***	Mingau de aveia e banana*	Pão com requeijão* ** ***
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de goiaba	Café / Leite * ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite * ** Suco de caju	Café / Leite * ** Suco de abacaxi
ALMOÇO	SEGUNDA 01/07	TERÇA 02/07	QUARTA 03/07	QUINTA 04/07	SEXTA 05/07
SALADA CRUA	Alface, cebola e tomate	Acelga, cenoura e pepino	Mix de repolhos e tomate	Alface, acelga e couve	Repolho roxo, tomate e manga
SALADA COZIDA	Batatinha, vagem e milho	Abóbora e batata doce	Batatinha e cenoura c/ orégano	Abobrinha e beterraba	Cenoura e chuchu
MOLHO	Ervas	Mostarda*	Agridoce	Limão	Tártaro* **
PRATO PRINCIPAL	Cozido misto(carne,linguiça,charque) Isca de frango acebolado	Isca de frango à milanesa *** Cubos de carne ao molho escuro	Escondidinho de carne* ** *** Frango assado	Filé de peixe à doré* *** Picadinho de carne c/ legumes	Cubo de frango ao molho branco* *** Bife bovino acebolado
VEGETARIANO	Almôndega de soja***	Grão de bico ao vinagrete	Bolinho de macaxeira com ervilha***	Suflé de legumes com lentilha* ** ***	Bolonhesa de soja
GUARNIÇÃO	Pirão de carne**/ pirão vegetariano	Farofa de cebola	Macarrão ao alho e óleo***	Purê de abóbora*	Macarrão ao sugo***
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral com açafrão Feijão tropeiro	Arroz c/ milho Arroz integral Feijão de carioca	Arroz branco Arroz integral com brócolis Feijão preto	Arroz c/ cenoura Arroz integral Feijão corda	Arroz branco Arroz integral c/ ervilhas Feijão carioca
SOBREMESA	Laranja	Mousse de limão* **	Melancia	Delícia de abacaxi*	Melão
SUCO	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de cupuaçu	Suco de caju	Suco de tamarindo	Suco de acerola
JANTA R	SEGUNDA 01/07	TERÇA 02/07	QUARTA 03/07	QUINTA 04/07	SEXTA 05/07
PROTEÍNA	Lasanha de frango* *** Bife de panela	Coxa e sobrecoxa assadas Carne moída com legumes	Carne de sol ao creme * *** Filé de frango grelhado	Almôndega de carne moída ao molho de tomate *** Frango ao molho mostarda	Frango assado Isclas de carne ao molho escuro
VEGETARIANO	Torta de lentilha* ** ***	Ervilha ao molho branco *	Soja refogada	Lasanha de soja * ** ***	Grão de bico ao vinagrete
SALADA	Chuchu, beterraba e cenoura	Alface, tomate e cebola	Abobrinha, vagem e chuchu	Pepino, acelga e tomate	Batatinha, abobrinha e ervilha
MOLHO P/ SALADA	Tártaro *	Agridoce	Ervas	Laranja	Manga
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de feijão	Canjica*	Caldo de macaxeira c/ e s/ charque	Mungunzá*	Sopa de legumes
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz amanteigado	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz c/ ovos	Arroz colorido	Cuscuz c/ verdura
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Batata doce	Cará	Macaxeira	Bolo de trigo* ** ***
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de Caju	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de Acerola	Café / Leite* ** Suco de Cupuaçu	Café / Leite* ** Suco de Abacaxi

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

O cardápio está sujeito a alterações