

CARDÁPIO 11/03/2024 A 15/03/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 11/03	TERÇA 12/03	QUARTA 13/03	QUINTA 14/03	SEXTA 15/03
FRUTA	Banana	Mamão	Laranja	Melão	Manga
PRATO PROTEICO	Frango à moda da casa	Gratinado de carne moída*	Ovos pochê ao molho de tomate	Isca de carne com tomate e pimentão	Creme de frango*
PRATO VEGETARIANO	Lentilha salteada com legumes	Gratinado de soja*	Panqueca de grão-de-bico* ** ** **	Hambúrguer de soja***	Salpicão vegano de ervilha
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz amanteigado*	Cuscuz simples	Macaxeira	Cuscuz temperado	Cuscuz com ovos**
ACOMPANHAMENTO II	Pão com requeijão* ** ** **	Mingau de aveia, maçã e banana*	Bolo de chocolate* ** ** **	Pão com queijo* ** ** **	Torrada***
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de cupuaçu	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de acerola
ALMOÇO	SEGUNDA 11/03	TERÇA 12/03	QUARTA 13/03	QUINTA 14/03	SEXTA 15/03
SALADA CRUA	Acelga, tomate e milho	Pepino e beterraba ralados	Cenoura, acelga e alface	Alface, pepino e tomate	Vinagrete
SALADA COZIDA	Chuchu e cenoura	Batata inglesa c/ vagem	Abobrinha e abóbora	Cenoura e chuchu	Couve e cenoura refogados
MOLHO	Ervas	Alho *	Tártaro *	Agridoce	Limão
PRATO PRINCIPAL	Coxa e sobrecoxa ao forno Isca de carne à chinesa	Bife de panela c/ batatas Fricassê de frango * ** **	Peixe à dorê *** Bife ao molho escuro	Strogonoff de carne *** Isca de frango ao sugo	Feijoada Filé de frango grelhado
VEGETARIANO	Nuggets de grão de bico ***	Quibe de forma	Torta de lentilha c/ legumes * ** **	Moqueca de banana c/ grão de bico	Escondidinho de soja
GUARNIÇÃO	Farofa de cenoura	Macarrão ao molho de tomate	Purê de batata*	Macarrão ao alho e óleo	Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz c/ cenoura Arroz integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz integral c/ abobrinha Feijão preto	Arroz colorido Arroz integral Feijão tropeiro	Arroz branco Arroz integral c/ brócolis Feijão carioca	Arroz c/ milho Arroz integral Feijão de corda
SOBREMESA	Melão	Bananas ao creme *	Banana	Mousse maracujá *	Laranja
SUCO	Suco de Acerola	Suco de Goiaba	Suco de Tamarindo	Suco de Manga	Suco de Caju
JANTAR	SEGUNDA 11/03	TERÇA 12/03	QUARTA 13/03	QUINTA 14/03	SEXTA 15/03
PROTEÍNA	Bife bovino acebolado Isca de frango à pizzaiolo	Lasanha à bolonhesa Filé de frango na chapa	Creme de frango* *** Isca de carne de sol	Picadinho de carne c/ legumes Frango assado	Cubo de frango com abóbora Isca bovino acebolado
VEGETARIANO	Soja à primavera	Homus de cenoura	Bolinho de ervilha ** ** **	Pimentão recheado com lentilha	Quibe de soja***
SALADA	Alface roxo, alface verde e tomate	Cenoura, beterraba, e abobrinha	Alface roxo, verde e pepino	Batatinha, chuchu e cenoura	Acelga, alface e tomate
MOLHO P/ SALADA	Alho*	Mostarda*	Limão	Ervas	Laranja
ACOMPANHAMENTO I	Caldo de feijão	Mungunzá*	Sopa de carne com legumes ** Sopa de legumes	Arroz doce*	Caldo verde
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com ovo **	Arroz com milho	Cuscuz com cheiro verde	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz amanteigado
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Bolo formigueiro* ** ** **
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de goiaba

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

O cardápio está sujeito a alterações