

CARDÁPIO 18/03/2024 A 22/03/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 18/03	TERÇA 19/03	QUARTA 20/03	QUINTA 21/03	SEXTA 22/03
FRUTA	Mamão	Laranja	Melancia	Banana	Manga
PRATO PROTEICO	Cubos de frango ao molho	Carne desfiada e acebolada	Isca de frango ao molho tártaro	Isca de carne ao sugo	Ovos mexidos e temperados
PRATO VEGETARIANO	Hambúrguer de soja***	Lentilha refogada com legumes	Grão-de-bico ao vinagrete	Refogado de ervilha e cenoura	Quiche de soja*
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz com queijo*	Cuscuz simples	Inhame	Cuscuz temperado	Cuscuz com cheiro verde
ACOMPANHAMENTO II	Pão com requeijão* ** ***	Mungunzá*	Misto quente* ** ***	Bolo de trigo* ** ***	Mingau de aveia e banana*
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de abacaxi
ALMOÇO	SEGUNDA 18/03	TERÇA 19/03	QUARTA 20/03	QUINTA 21/03	SEXTA 22/03
SALADA CRUA	Acelga, alface verde e alface roxa	Pepino e cenoura c/ orégano	Alface, tomate e cebola	Acelga, repolho e beterraba ralada	Alface, tomate e abacaxi
SALADA COZIDA	Abobrinha e cenoura	Chuchu e beterraba	Abóbora de batata doce	Batata e Cenoura	Abobrinha e beterraba
MOLHO	Mostarda*	Limão	Alho*	Ervas	Tártaro *
PRATO PRINCIPAL	Bife ao molho ferrugem Torta madalena de frango *	Filé de frango ao molho mostarda Cozido bovino (carne/calabresa/charque)	Escondidinho de carne c/ legumes * Suíno assado ao molho Barbecue	Lasanha de Frango * ** *** Paçoca de carne	Peixe empanado *** Isca de carne à chinesa
VEGETARIANO	Soja refogada	Salpicão vegano c/ ervilha	Beringela recheada com soja	Bobó de grão-de-bico	Lasanha de berinjela c/ lentilha ao molho vermelho
GUARNIÇÃO	Farofa de banana	Pirão bovino**	Macarrão ao molho vermelho ***	Farofa crocante	Purê de batata*
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral c/ cenoura Feijão preto	Arroz c/ milho Arroz integral Feijão de corda	Arroz branco Arroz integral c/ ervilha Feijão carioca	Arroz c/ cebolinha Arroz integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão carioca
SOBREMESA	Goiaba	Gelatina	Melão	Manjar *	Melancia
SUCO	Suco de Tamarindo	Suco de Caju	Suco de Manga	Suco de Acerola	Suco de Goiaba
JANTAR	SEGUNDA 18/03	TERÇA 19/03	QUARTA 20/03	QUINTA 21/03	SEXTA 22/03
PROTEÍNA	Fricassê de frango* *** Carne de sol em cubos acebolada	Isca de carne c/ pimentão Cubos de frango com legumes	Carne de sol ao creme* Coxa e sobrecoxa assada	Cubo de carne ao molho madeira Filé de frango na chapa	Omelete de frango* ** *** Picadinho de carne c/ legumes
VEGETARIANO	Charuto de repolho com ervilha	Moqueca de grão de bico com banana	Bolinho de macaxeira com soja	Lentilha refogada	Panqueca de soja * ** ***
SALADA	Alface, couve e tomate	Batata doce, abóbora e milho	Repolho roxo, tomate e pimentão	Abobrinha, chuchu e cenoura	Acelga, beterraba e cenoura
MOLHO P/ SALADA	Tártaro*	Laranja	Ervas	Manga	Limão
ACOMPANHAMENTO I	Creme de abóbora	Canja de galinha** Sopa de legumes	Canjica*	Mungunzá*	Caldo de macaxeira com calabresa* Caldo de macaxeira
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz c/ ovo**	Cuscuz simples	Macarrão ao molho pesto	Arroz com cenoura	Cuscuz amanteigado
ACOMPANHAMENTO III	Batata doce	Macaxeira	Cará	Batata doce	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de caju

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

O cardápio está sujeito a alterações