

CARDÁPIO 04/11/2024 A 08/11/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 04/11	TERÇA 05/11	QUARTA 06/11	QUINTA 07/11	SEXTA 08/11
FRUTA	Melancia	Banana	Mamão	Laranja	Melão
PRATO PROTEICO	Ovos mexidos com ervas finas	Creme de frango*	Carne ao forno acebolada	Frango guisado	Carne moída refogada
PRATO VEGETARIANO	Linguíça de soja***	Guisado de lentilha	Creme vegano de ervilha	Nuggets de grão-de-bico***	Soja refogada
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz com tomate	Cuscuz simples	Macaxeira	Cuscuz com cheiro verde	Cuscuz temperado
ACOMPANHAMENTO II	Misto quente* ** ****	Mingau de aveia e banana*	Bolo de chocolate* ** ****	Torradas***	Pão com requeijão*
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de goiaba	Café / Leite * ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite * ** Suco de caju	Café / Leite * ** Suco de tamarindo
ALMOÇO	SEGUNDA 04/11	TERÇA 05/11	QUARTA 06/11	QUINTA 07/11	SEXTA 08/11
SALADA CRUA	Repolho, cenoura e abacaxi	Alface, acelga e pepino	Tomate, e mix de repolhos	Acelga, cenoura e manga	Vinagrete
SALADA COZIDA	Batata e beterraba	Abóbora e batata doce	Abobrinha e cenoura	Chuchu e beterraba com milho	Vagem e cenoura
MOLHO	Agridoce	Alho*	Tártaro* ***	Ervas	Limão
PRATO PRINCIPAL	Lasanha de frango* ** **** Bife acebolado	Frango assado Cubo de carne ao molho escuro	Escondidinho de carne* Cubos suíno ao molho agridoce	Peixe à delícia * *** Paçoca de carne	Bobó de frango Picadinho de carne com batatas
VEGETARIANO	Lasanha de abobrinha c/ lentilha ao molho vermelho*	Bolinho de macaxeira com ervilha***	Pimentão recheado com soja	Yakissoba de soja ***	Grão-de-bico ao cheiro verde
GUARNIÇÃO	Purê de batata*	Farofa de cebola	Macarrão ao alho e óleo***	Purê de abóbora*	Macarrão ao molho pesto***
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz Integral com ervilha Feijão carioca	Arroz com cenoura Arroz Integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão carioca	Arroz colorido Arroz integral Feijão fradinho	Arroz branco Arroz integral com milho Feijão de corda
SOBREMESA	Laranja	Doce de banana	Melão	Gelatina ao creme* **	Melancia
SUCO	Suco de manga	Suco de tamarindo	Suco de goiaba	Suco de abacaxi	Suco de Caju
JANTAR	SEGUNDA 04/11	TERÇA 05/11	QUARTA 06/11	QUINTA 07/11	SEXTA 08/11
PROTEÍNA	Cubo de carne de sol ao creme* Iscas de suíno ao molho barbecue	Cubos de frango ao sugo Bife acebolado	Torta madalena de carne * Frango guisado com legumes	Cubo de carne com legumes Fricassê de frango* ***	Almôndega de carne moída ao sugo*** Filé de frango grelhado
VEGETARIANO	Ervilha ao molho branco* ***	Soja à bolonhesa	Hambúrguer de grão-de-bico ***	Lentilha refogada ao molho	Almôndega de soja ao molho***
SALADA	Alface, tomate, cebola	Batatinha, cenoura e chuchu.	Acelga, couve e cenoura	Abobrinha, vagem e ervilha	Acelga, repolho roxo, pepino
MOLHO P/ SALADA	Manga	Ervas	Laranja	Agridoce	Tártaro* **
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de frango com legumes** Sopa de legumes	Arroz doce*	Sopa de abóbora ***	Mungunzá *	Caldo de feijão com charque** Caldo de feijão
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz amanteigado	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz com e sem calabresa**	Arroz com cenoura	Cuscuz simples
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Bolo de chocolate * ** ****
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de acerola

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

O cardápio está sujeito a alterações