

## CARDÁPIO 07/10/2024 A 11/10/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 07/10	TERÇA 08/10	QUARTA 09/10	QUINTA 10/10	SEXTA 11/10
FRUTA	Melancia	Banana	Mamão	Melão	Laranja
PRATO PROTEICO	Ovos mexidos	Carne moída ao pomodoro	Frango guisado	Isca de carne ao molho	Frango ao molho de tomate
PRATO VEGETARIANO	Soja refogada	Lentilha com legumes	Hambúrguer de grão-de-bico***	Bolinho de macaxeira e ervilha***	Cachorro quente vegano
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz com tomate	Cuscuz simples	Batata doce	Cuscuz temperado	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO II	Mingau de aveia e banana*	Torradas***	Pão com queijo* ** **	Bolo de laranja* ** **	Pão com requeijão* ** **
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de manga	Café / Leite * ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite * ** Suco de caju	Café / Leite * ** Suco de tamarindo
ALMOÇO	SEGUNDA 07/10	TERÇA 08/10	QUARTA 09/10	QUINTA 10/10	SEXTA 11/10
SALADA CRUA	Alface, pepino e manga	Repolho, Couve Folha, cenoura	Alface, tomate, abacaxi, coentro	Repolho roxo, acelga e tomate	Alface, tomate, beterraba
SALADA COZIDA	Beterraba, cenoura	Mix de batatas com orégano ao forno	Abobrinha e beterraba	Cenoura e Chuchu	Batata doce, Abóbora c/ orégano
MOLHO	Ervas	Limão	Agridoce	Manga	Tártaro * **
PRATO PRINCIPAL	Torta Madalena de frango* Isca de fígado acebolado	Cubo de frango à chinesa Bife bovino à milanese	Filé suíno ao molho BBQ Lasanha à bolonhesa* ** **	Frango assado Isca de carne ao molho escuro	Estrogonofe de frango* ** ** Bife de carne acebolada
VEGETARIANO	Grão de bico com legumes	Hambúrguer de soja	Lentilha à bolonhesa	Bife de soja ao molho escuro	Estrogonofe de ervilha* ** **
GUARNIÇÃO	Farofa Crocante	Macarrão ao molho de tomate***	Purê misto (abóbora e batata)*	Farofa de cenoura	Macarrão ao alho e óleo ***
ACOMPANHAMENTOS	Arroz Branco Arroz Integral c/ cenoura Feijão carioca	Arroz colorido Arroz Integral Feijão fradinho	Arroz Branco Arroz Integral c/ brócolis Feijão Corda	Arroz c/ milho Arroz integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz Integral c/ cebolinha Feijão Preto
SOBREMESA	Melão	Coco queimado ao creme*	Laranja	Doce de banana	Melancia
SUCO	Suco de graviola	Suco de abacaxi	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de caju
JANTAR	SEGUNDA 07/10	TERÇA 08/10	QUARTA 09/10	QUINTA 10/10	SEXTA 11/10
PROTEÍNA	Picadinho de carne c/ legumes Frango assado	Cubo de carne assado Isca de frango com batatinha	Cubo de Carne de sol ao creme* ** * Filé de frango grelhado	Frango á portuguesa Jardineira de carne	Frango guisado com legumes Omelete de carne* ** **
VEGETARIANO	Soja à primavera	Abóbora com ervilhas ao molho	Panqueca de soja ao sugo* ** **	Grão de bico refogado	Lentilha refogada ao molho
SALADA	Alface , tomate e acelga	Cenoura , abobrinha e chuchu	Acelga, repolho roxo, abacaxi	Abóbora, beterraba c/ milho	Repolho, couve e cenoura
MOLHO P/ SALADA	Agridoce	Mostarda*	Limão	Ervas	Laranja
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de Feijão***	Mungunzá*	Creme de abóbora	Arroz doce*	Sopa de legumes***
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz amanteigado	Arroz com açafrão	Cuscuz simples	Macarrão ao molho pesto***	Cuscuz c/ calabresa**
ACOMPANHAMENTO III	Cará	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de Goiaba	Café / Leite* ** Suco de acerola	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café /Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de graviola

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

**O cardápio está sujeito a alterações**