

CARDÁPIO 14/10/2024 A 18/10/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 14/10	TERÇA 15/10	QUARTA 16/10	QUINTA 17/10	SEXTA 18/10
FRUTA	Laranja	Melão	Melancia	Mamão	Banana
PRATO PROTEICO	Carne moída gratinada	Creme de frango	Ovos mexidos e temperados	Carne guisada	Coxa e sobrecoxa ao sugo
PRATO VEGETARIANO	Salpicão vegano de ervilha	Wrap de couve e soja	Homus de cenoura	Soja ao vinagrete	Lentilha ao sugo
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz simples	Cuscuz nordestino*	Cará	Cuscuz temperado	Cuscuz com cheiro verde
ACOMPANHAMENTO II	Misto quente* ** ***	Mingau de frutas*	Bolo de cenoura* ** ***	Pão com queijo* ** ***	Torradas***
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de goiaba	Café / Leite * ** Suco de cupuaçu	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite * ** Suco de caju	Café / Leite * ** Suco de manga
ALMOÇO	SEGUNDA 14/10	TERÇA 15/10	QUARTA 16/10	QUINTA 17/10	SEXTA 18/10
SALADA CRUA	Alface, cebola e tomate	Acelga, cenoura e abacaxi	Repolho, acelga e tomate	Alface, pepino e manga	Vinagrete
SALADA COZIDA	Cenoura e Batata doce	Abobrinha e beterraba	Batatinha e abóbora	Cenoura, chuchu	Repolho e couve refogados
MOLHO	Agridoce	Tártaro * **	Laranja	Ervas	Limão
PRATO PRINCIPAL	Carne de sol desfiada ao creme* Cubos de frango com tomate confit	Carne Xadrez Salpicão de frango * ** ***	Filé de peixe assado com ervas Escondidinho de carne e calabresa*	Vaca atolada Cubo de frango empanado***	Feijoada Frango assado
VEGETARIANO	Grão-de-bico ao cheiro verde	Salpicão vegano c/ lentilha	Escondidinho de soja*	Bolinho de batata de ervilha	Soja refogada
GUARNIÇÃO	Macarrão c/ orégano***	Purê de macaxeira*	Farofa de cebola	Pirão de carne/Pirão de legumes	Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz c/ milho Arroz Integral Feijão carioca	Arroz Branco Arroz Integral c/ ervilha Feijão Fradinho	Arroz c/ cenoura Arroz Integral Feijão Carioca	Arroz Branco Arroz integral c/ cebolinha Feijão Preto	Arroz c/ dueto Arroz Integral Feijão corda
SOBREMESA	Melancia	Mousse de maracujá*	Melão	Espumone de Uva * **	Laranja
SUCO	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de goiaba	Suco de caju	Suco de acerola	Suco de manga
JANTAR	SEGUNDA 14/10	TERÇA 15/10	QUARTA 16/10	QUINTA 17/10	SEXTA 18/10
PROTEÍNA	Isca de frango empanado *** Cubos de carne ao molho escuro	Cubos suíno ao molho de laranja Bife de panela c/ legumes	Picadinho de carne c/ legumes Isca de frango acebolado	Churrasco misto (carne, calabresa) Creme de frango* ***	Isca de frango acebolado Isclas de carne ao molho madeira
VEGETARIANO	Ervilha ao pomodoro	Quibe de forno ***	Bobó de grão de bico	Soja à primavera	Omelete de lentilha * ** *
SALADA	Repolho, pepino e beterraba	Batata inglesa, cenoura e vagem	Alface, tomate e couve	Abóbora, batata doce e milho	Alface roxo, acelga e cenoura
MOLHO P/ SALADA	Laranja	Limão	Ervas	Agridoce	Manga
ACOMPANHAMENTO I	Caldo verde	Mugunzá	Sopa de feijão	Canjica*	Canja ** Sopa de legumes
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz c/ legumes	Macarrão ao alho e óleo	Cuscuz simples	Arroz com cenoura	Cuscuz amanteigado
ACOMPANHAMENTO III	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Bolo de laranja* ** ***
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de Tamarindo	Café / Leite* ** Suco de Manga	Café / Leite* ** Suco de Acerola	Café / Leite* ** Suco de Caju	Café / Leite* ** Suco de Goiaba

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

O cardápio está sujeito a alterações