

## CARDÁPIO 21/10/2024 A 25/10/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 21/10	TERÇA 22/10	QUARTA 23/10	QUINTA 24/10	SEXTA 25/10
FRUTA	Melancia	Banana	Melão	Mamão	Salada de frutas
PRATO PROTEICO	Frango guisado	Isca de carne acebolada	Cubos de frango ao molho branco*	Carne ao molho	Ovos temperados
PRATO VEGETARIANO	Guisado de grão-de-bico	Tortilla de soja ao molho***	Ervilhas ao molho branco*	Bolinho de lentilha***	Soja ao vinagrete
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz simples	Cuscuz com queijo*	Macaxeira	Cuscuz com tomate	Cuscuz amanteigado*
ACOMPANHAMENTO II	Mingau de chocolate*	Sanduíche grego* ** ***	Bolo formigueiro* ** ***	Torradas***	Bolo de limão* ** ***
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de manga	Café / Leite * ** Suco de caju	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite * ** Suco de tamarindo	Café / Leite * ** Suco de acerola
ALMOÇO	SEGUNDA 21/10	TERÇA 22/10	QUARTA 23/10	QUINTA 24/10	SEXTA 25/10
SALADA CRUA	Acelga, tomate e pimentão	Alface, pepino e repolho roxo	Acelga, Repolho e manga	Alface, abacaxi e tomate	Acelga, alface, tomate
SALADA COZIDA	Cenoura, batatinha com cheiro verde	Beterraba e abobrinha	Chuchu e cenoura	Batata doce, abóbora e milho	Mix de batatas com orégano assadas
MOLHO	Agridoce	Ervas	Tártaro* **	Manga	Mostarda *
PRATO PRINCIPAL	Churrasco misto (calabresa e carne de sol) Fricassê de frango* ** ***	Filé de frango crocante Cubo bovino ao molho escuro	Picadinho de carne com legumes Frango à portuguesa	Isca de fígado acebolado Frango assado ao molho de mostarda	Lasanha de frango* ** *** Cubo de carne acebolado
VEGETARIANO	Lentilha cremosa	Torta de repolho e grão-de-bico* ** ***	Bife de soja ao molho	Moqueca de banana e grão-de-bico	Lasanha de abobrinha com ervilha ao molho branco*
GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho, óleo e cebolinha ***	Purê misto*	Farofa Crocante	Macarrão ao molho vermelho***	Farofa de cenoura
ACOMPANHAMENTOS	Arroz Branco Arroz Integral com Brócolis Feijão carioca	Arroz Colorido Arroz Integral Feijão preto	Arroz branco Arroz integral com ervilha Feijão Tropeiro	Arroz com cenoura Arroz Integral Feijão carioca	Arroz branco Arroz Integral com cebolinha Feijão corda
SOBREMESA	Melão	Goiabada ao creme*	Melancia	Manjar* ** ***	Laranja
SUCO	Suco de caju	Suco de manga	Suco de tamarindo	Suco de goiaba	Suco de abacaxi
JANTAR	SEGUNDA 21/10	TERÇA 22/10	QUARTA 23/10	QUINTA 24/10	SEXTA 25/10
PROTEÍNA	Jardineira de carne moída Frango á portuguesa	Torta madalena de carne sol* Frango assado	Cubo suíno ao molho BBQ Lasanha a bolonhesa * ** ***	Bife de panela Isca de frango na chapa	Isclas de frango ao creme Almôndega de carne moída ao molho ***
VEGETARIANO	Almôndega soja ao molho * ** ***	Salpicão vegano com lentilha	Abobrinha c/ lentilha ao molho	Panqueca de ervilha * ** ***	Grão-de-bico ao vinagrete
SALADA	Couve, acelga, cenoura	Batatinha, cenoura e chuchu	Alface , tomate e acelga	Beterraba, abobrinha e chuchu	Tomate, alface roxa e cebola
MOLHO P/ SALADA	Laranja	Mostarda *	Ervas	Agridoce	Tártaro* **
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de legumes***	Arroz doce*	Caldo de feijão	Mugunzá*	Caldo de macaxeira
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com ovos**	Macarrão ao sugo***	Cuscuz com calabresa**	Arroz c/ Brócolis	Cuscuz com verduras
ACOMPANHAMENTO III	Batata doce	Macaxeira	Cará	Batata doce	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de Tamarindo	Café / Leite* ** Suco de Acerola	Café / Leite* ** Suco de Abacaxi	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de Caju

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

**O cardápio está sujeito a alterações**