

CARDÁPIO 30/09/2024 A 04/10/2024

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 30/09	TERÇA 01/10	QUARTA 02/10	QUINTA 03/10	SEXTA 04/10
FRUTA	Banana	Melancia	Melão	Mamão	Salada de frutas
PRATO PROTEICO	Ovos mexidos e temperados	Filé de frango com manjeriço	Carne guisada	Salpicão de frango	Cachorro quente
PRATO VEGETARIANO	Tortilla de soja***	Lentilha refogada com milho	Grão-de-bico ao vinagrete	Salpicão vegano de ervilhas	Soja ao molho de tomate
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz com calabresa**	Cuscuz simples	Macaxeira	Cuscuz com cheiro verde	Cuscuz temperado
ACOMPANHAMENTO II	Pão com queijo* ** **	Bolo formigueiro* ** **	Mungunzá*	Torradas***	Pão de seda* ** **
BEBIDAS	Café / Leite * ** Suco de caju	Café / Leite * ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de abacaxi	Café / Leite * ** Suco de goiaba	Café / Leite * ** Suco de manga
ALMOÇO	SEGUNDA 30/09	TERÇA 01/10	QUARTA 02/10	QUINTA 03/10	SEXTA 04/10
SALADA CRUA	Acelga, alface e cenoura	Tomate, e mix de repolhos	Acelga, cenoura e manga	Alface, tomate e pepino	Vinagrete
SALADA COZIDA	Batata inglesa e beterraba	Chuchu e cenoura	Abóbora, vagem e milho	Abobrinha e cenoura	Couve e cenoura refogados
MOLHO	Tártaro* **	Ervas	Laranja	Alho*	Limão
PRATO PRINCIPAL	Frango guisado Isca de carne do sol acebolada	Cubos de carne ao molho BBQ Isca de frango empanado***	Estrogonofe de carne* ** ** Filé de frango na chapa	Fricassê de frango* ** ** Cubos de carne assada com batata	Feijoada Filé de frango assado com ervas
VEGETARIANO	Grão de bico ao vinagrete	Pizza vegetariana de soja* ** **	Wrap de couve com lentilha	Soja refogada	Estrogonofe de ervilha* ** **
GUARNIÇÃO	Pirão de galinha**/pirão de legumes	Macarrão com orégano***	Purê de macaxeira*	Macarrão ao alho e óleo ***	Farofa crocante
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão fradinho	Arroz com cenoura Arroz integral Feijão Carioca	Arroz branco Arroz integral com milho Feijão preto	Arroz colorido Arroz integral Feijão Carioca	Arroz branco Arroz integral com açafrão Feijão de corda
SOBREMESA	Mamão	Brigadeiro de pote*	Melancia	Gelatina**	Laranja
SUCO	Suco de manga	Suco de caju	Suco de goiaba	Suco de tamarindo	Suco de acerola
JANTAR	SEGUNDA 30/09	TERÇA 01/10	QUARTA 02/10	QUINTA 03/10	SEXTA 04/10
PROTEÍNA	Cubos de carne à chinesa Creme de frango* ** *	Almôndega de carne moída ao molho * ** ** Frango assado	Bife de panela Isca de frango ao molho mostarda	Cubo suíno ao molho de laranja Torta madalena de carne moída*	Isca de frango assada Cubos de carne ao molho madeira
VEGETARIANO	Salpicão vegano com lentilha	Quibe de forno ***	Torta de legumes e ervilha* ** **	Grão-de-bico refogado com azeitonas	Hambúrguer de soja***
SALADA	Couve, acelga, cenoura	Abóbora, batata doce e milho	Alface,tomate e pimentão	Cenoura e batata inglesa	Acelga,beterraba e cebola
MOLHO P/ SALADA	Limão	Tártaro*	Agridoce	Ervas	Manga
ACOMPANHAMENTO I	Sopa de legumes	Canjica*	Caldo de feijão	Mungunzá *	Caldo verde
ACOMPANHAMENTO II	Cuscuz com verduras	Cuscuz com ovos**/cuscuz simples	Macarrão ao molho de tomate	Arroz colorido	Cuscuz simples
ACOMPANHAMENTO III	Batata doce	Macaxeira	Batata doce	Macaxeira	Bolo de trigo * ** **
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 goiaba

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

O cardápio está sujeito a alterações