

DATA	12/10/2026	13/out	14/out	15/out	16/out
DESJEJUM					
PREPARACÃO	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
PRATO PROTEICO		Ovos mexidos temperados	Carne desfiada acebolada	Frango guisado	Carne moída ao sugo
PRATO VEGETARIANO		Salpicão vegano com lentilhas	Cozido de soja	Almôndegas de grão de bico ao sugo	Hambúrguer de soja ao sugo***
ACOMPANHAMENTO I		Cuscuz refogado com cenoura	Macaxeira	Cuscuz com cheiro verde	Cuscuz temperado
ACOMPANHAMENTO II		Mingau de aveia * ** ***	Pão com requeijão* ** ***	Bolo formigueiro* ** ***	Chocolate quente*
FRUTA		Laranja	Melancia	Melão	Mamão
BEBIDAS		Café / Leite * **	Café / Leite * **	Café / Leite * **	Café / Leite * **
		Suco de goiaba	Suco de abacaxi	Suco de caju	Suco de cajá
ALMOÇO					
PREPARACÃO	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
PRATO PROTEICO 1		Frango empanado	Frango assado	Peixe à dorê* **	Frango acebolado
PRATO PROTEICO 2		Cubos de carne ao molho madeira	Torta Madalena de carne moída	Estrogonofe de carne * **	Feijoada
VEGETARIANO		Moqueca de banana com grão de bico	Omelete de ervilhas	Lasanha de abobrinha com soja*	Lentilha refogada
SALADA CRUA/ COZIDA		Batata inglesa, cenoura e chuchu	Alface, cenoura e repolho	Acelga, repolho e cenoura refogados	Vinagrete
ACOMP_01		Arroz branco	Arroz com brócolis	Arroz colorido	Arroz branco
ACOMP_02		Arroz integral colorido	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral/ dueto
ACOMP_03		Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão de corda
GUARNIÇÃO		Farofa de cebola	Macarrão com cebolinha	Purê de macaxeira*	Farofa dourada
MOLHO		Tártaro*	Agridoce	Laranja	Limão
BEBIDA		Suco de caju	Suco de cajá	Suco de manga	Suco de abacaxi
SOBREMESA		Doce Mariola	Melão	Doce de goiaba	Laranja
JANTAR					
PREPARACÃO	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
PRATO PROTEICO 1		Frango Guisado	Cubos de frango na chapa	Lasanha de frango* ***	Empadão de frango* ***
PRATO PROTEICO 2		Cubos bovinos assados com batatas	Jardineira de carne moída	Carne de panela	Picadinho de carne com legumes
VEGETARIANO		Bolinho de abóbora com ervilha	Grão de bico ao alho e cheiro verde	Lentilhas ao molho branco*	Soja ao vinagrete
SALADA CRUA/ COZIDA		Acelga, beterraba e cenoura	Abóbora, cenoura e chuchu	Alface, tomate e pepino	Abobrinha, batata e beterraba
ACOMP_01		Mungunzá*	Caldo verde	Sopa de feijão	Canjica*
ACOMP_02		Cuscuz com tomate	Cuscuz temperado	Arroz com brócolis	Macarrão ao alho e óleo***
ACOMP_03		Macaxeira	Cará	Batata doce	Macaxeira
GUARNIÇÃO		Pão***	Torrada***	Torrada***	Pão***
MOLHO		Verde	Ervas	Oriental	Mostarda*
BEBIDA		Café/Leite* **	Café/Leite* **	Café/Leite* **	Café/Leite* **
		Suco de manga	Suco de acerola	Suco de abacaxi	Suco de goiaba

*Contém lactose

** Contém produtos de origem animal

***Contém glúten

Cardápio sujeito a alterações