

Café da manhã	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 28/09/2026	3ª FEIRA 29/09/2026	4ª FEIRA 30/09/2026	5ª FEIRA 01/10/2026	6ª FEIRA 02/10/2026
	BEBIDAS	Leite integral  ou Bebida de soja 				
		Café ou chá				
	PANIFICAÇÃO	Pão fra  ou Pão ca  ou Pão integral 	Pão francês  ou Pão careca  ou	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral 	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral 	Pão francês  ou Pão careca  ou
	OPÇÃO EXTRA		Canjica 			Broa de milho   
	GORDURA	Manteiga  ou creme vegetal				
	COMPLEMENTO PADRÃO	Salsicha ao molho 	Ovos mexidos  	Frango desfiado	Carne bovina moída	Queijo minas 
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo muçarela 	Queijo minas 	Creme de ricota com azeitonas 	Queijo muçarela 	Ricota temperada 
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Cenoura à bolonhesa de soja 	Pasta de lentilha com hortelã	Caponata de berinjela 	Requeijão de ervas	Amendotela 
	FRUTA	Banana	Melancia	Maçã	Mamão	Salada de frutas

Mesa de apoio: água, achocolatado, açúcar e adoçante. Cardápio sujeito a alteração.



CARDÁPIO SEMANAL

Almoço	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 28/09/2026	3ª FEIRA 29/09/2026	4ª FEIRA 30/09/2026	5ª FEIRA 01/10/2026	6ª FEIRA 02/10/2026
	SALADA 1	Alface crespa	Mix de folhas	Acelga	Repolho roxo	Alface com agrião
	SALADA 2	Picles de beterraba	Tomate	Rabanete	Antepasto de abobrinha	Tomate, cebola e pimentão em cubos
	MOLHO PARA SALADA	Salsa	Manjerição	Chimichurri	Ácido	Hortelã / Limão
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Carne ao molho	Frango assado	Lasanha à bolonhesa  	Cubos de frango ao molho sugo	Peixe ao molho de moqueca
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Risoto de espinafre  	Croquete de soja com queijo  	Isca de soja ao sugo gratinada  	Bolinho de lentilha gratinado 	Ovos assados ao sugo 
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Silveirinha de soja 	Grão de bico à indiana 	Tomate recheado com homus de ervilha	Charuto de repolho com PTS 	Guisado de grãos de soja 
	GUARNIÇÃO	Macarrão temperado 	Cenoura cozida com salsinha	Chuchu com vagem	Mix de batatas	Abóbora assada
	ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca
	SOBREMESA	Maçã	Mix de doces   OPÇÃO: Fruta	Laranja	Melão	Banana
	BEBIDA (Refresco de)	Guaraná	Laranja	Acerola	Manga	Maracujá

Mesa de apoio: água, farinha, molho de pimenta, vinagre, azeite e sal. Cardápio sujeito a alteração.

