

	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 25/03/2024	3ª FEIRA 26/03/2024	4ª FEIRA 27/03/2024	5ª FEIRA 28/03/2024	6ª FEIRA 29/03/2024	SÁBADO 30/03/2024	DOMINGO 31/03/2024
Café da manhã	BEBIDAS	Leite integral OU “leite” de soja						
		Café OU chá						
	PANIFICAÇÃO	Pão francês ou Pão careca ou Pão integral	Pão francês ou Pão careca 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 Pão integral	Pão francês ou Pão careca ou Pão integral
	OPÇÃO EXTRA			Broa doce		Cuscuz		
	GORDURA	Manteiga ou creme vegetal						
	COMPLEMENTO PADRÃO	Queijo muçarela	Ovos mexidos	Queijo minas	Patê de frango	Carne moída	Pasta de ricota	Queijo minas
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo muçarela	Ovos mexidos	Bebida láctea	Queijo minas	Ovos mexidos	Pasta de ricota	Queijo minas
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Homus de ervilha com mostarda	Maionese de abacate	Pasta de feijão fradinho com dendê	Pasta de grão de bico	Pasta de amendoim	Geleia rústica de goiaba	Pasta de ervas finas
	FRUTA	Banana	Melancia	Mamão	Salada de frutas	Abacaxi	Melão	Maçã

Mesa de apoio: água, achocolatado, açúcar e adoçante.

Cardápio sujeito a alteração.



CARDÁPIO SEMANAL































COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 25/03/2024	3ª FEIRA 26/03/2024	4ª FEIRA 27/03/2024	5ª FEIRA 28/03/2024	6ª FEIRA 29/03/2024	SÁBADO 30/03/2024	DOMINGO 31/03/2024
SALADA 1	Mix de folhas	Repolho roxo com cenoura ralada	Couve manteiga com abacaxi	Alface roxa com agrião	Acelga temperada	Alface crespa	Mix de folhas
SALADA 2	Abobrinha ralada	Tomate	Cenoura ralada	Beterraba cozida	Abóbora ralada	Tomate, pimentão e cebola	Tabule
MOLHO PARA SALADA	Alho	Ervas finas	Vinagrete	Chipotle	Rosê / Limão	Ervas finas	Mostarda e mel / Limão
PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Frango assado ao molho mostarda e mel	Strogonoff de carne	Feijoada OPÇÃO: File de frango ao molho branco	Lagarto ao molho	Filé de peixe ao molho de ervas OPÇÃO: Frango assado	Bife ao molho com pimentão colorido	Frango Parisiense
PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Moqueca de banana da terra com queijo minas	Torta de vegetais com palmito, queijo minas e castanha gratinada	Fritata de vegetais	Risoto de cenoura com queijo e ovos mexidos	Croquete de soja com queijo	Nhoque ao sugo com queijo	Hambúrguer de abóbora com queijo
PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Yakissoba vegetariano	Vegetais com palmito e castanha ao curry	Guisado de grão de soja	Almôndega de soja ao sugo	Pimentão recheado com homus de ervilha	Lentilha com couve-flor	Croquete de soja
GUARNIÇÃO	Abóbora cozida com orégano	Batata assada	Farofa crocante	Batata doce	Chuchu com milho	Ratatouille	Beterraba com milho
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco e integral Feijão preto	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	Arroz branco e integral Feijão preto
SOBREMESA	Melão	Maçã	Laranja	Melancia	Doce de amendoim OPÇÃO: Fruta	Abacaxi	Banana
BEBIDA (Refresco de)	Morango	Goiaba	Tangerina	Limão	Uva	Tangerina	Laranja

Almoço

Mesa de apoio: água, farinha, molho de pimenta, vinagre, azeite e sal.

Cardápio sujeito a alteração.



COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 25/03/2024	3ª FEIRA 26/03/2024	4ª FEIRA 27/03/2024	5ª FEIRA 28/03/2024	6ª FEIRA 29/03/2024	SÁBADO 30/03/2024	DOMINGO 31/03/2024
SALADA 1	Alface crespa com rúcula	Acelga com rúcula	Repolho branco com gergelim preto	Alface crespa	Mix de folhas	Acelga	Alface roxa com agrião
SALADA 2	Beterraba ralada	Salada de macarrão 	Chuchu com milho	Berinjela com pimentões	Cenoura ralada	Pepino fatiado	Picles de rabanete
MOLHO PARA SALADA	Hortelã	Chimichurri	Gengibre 	Manjericão	Salsa	Chipotle 	Ácido / Limão
PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Carne de sol 	Frango assado ao molho barbecue 	Isca de carne acebolada	Frango ao molho de laranja	Costela bovina ao molho	Lasanha de Frango  	Bife suíno ao molho mostarda  Opção: Jardineira de carne
PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Bife de soja ao sugo e queijo  	Bolinho de grão de bico gratinado 	Cuscuz vegetariano com ovos 	Ovos ao sugo 	Macarrão ao molho branco com crocante de soja  	Lasanha de banana com queijo  	Omelete com queijo e vegetais  
PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Berinjela recheada com soja 	Lentilha com brócolis	Bobó de legumes com soja 	Grão de bico e couve-flor ao curry 	Refogado de lentilha	Isca de soja ao sugo 	Pimentão recheado com quinoa
SOPA	Creme de legumes	Creme de fubá	Creme de ervilha	Sopa de tomate com aveia	Creme de mandioca com brócolis	Canjiquinha	Creme de batata doce
TORRADA	Torrada 	Torrada 	Torrada 	Torrada 	Torrada 	Torrada 	Torrada 
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco e integral Feijão preto	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	Arroz branco e integral Feijão preto
SOBREMESA	Laranja	Melão	Banana	Maçã	Doce de banana OPÇÃO: Fruta	Melancia	Abacaxi
BEBIDA (Refresco de)	Morango	Goiaba	Tangerina	Limão	Manga	Tangerina	Laranja

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

Cardápio sujeito a alteração.



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Oleaginosas



Ovos



Pimenta



Soja



Suíno



Trigo