

# CARDÁPIO SEMANAL

	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 02/09/2024	3ª FEIRA 03/09/2024	4ª FEIRA 04/09/2024	5ª FEIRA 05/09/2024	6ª FEIRA 06/09/2024
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 francês  ou Pão careca  ou Pão integral	Pão francês  ou Pão careca  ou	Pão francês  ou Pão careca  ou Pão integral
	OPÇÃO EXTRA		Canjica		Pão de queijo	
	GORDURA	Manteiga ou Creme Vegetal				
	COMPLEMENTO PADRÃO	Carne desfiada	Frango desfiado	Presunto	Ovos mexidos	Queijo minas
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Ovos mexidos	Queijo muçarela	Queijo Minas	Bebida láctea Bebida láctea estrita	Queijo minas
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Proteína de soja à bolonhesa	Amendotela	Homus de grão de bico	Pasta de tomate	Pasta de ervas finas
	FRUTA	Maçã	Mamão	Banana	Salada de frutas	Abacaxi

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

Cardápio sujeito á alteração.



# CARDÁPIO SEMANAL

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 02/09/2024	3ª FEIRA 03/09/2024	4ª FEIRA 04/09/2024	5ª FEIRA 05/09/2024	6ª FEIRA 06/09/2024
<b>SALADA 1</b>	Salada verde (alface crespa, rúcula, repolho branco)	Alface lisa com chicória	Mix de folhas	Hakussai	Salada de repolho e alface
<b>SALADA 2</b>	Abobrinha ralada	Tomate	Abóbora ralada	Cenoura ralada com passas	Beterraba ralada
<b>MOLHO PARA SALADA</b>	Manjericão	Hortelã	Salsa	Ervas finas / Limão	Vinagrete
<b>PRATO PRINCIPAL PADRÃO</b>	Frango assado ao molho barbecue	Bife acebolado	Lasanha de frango	Suíno ao molho de limão OPÇÃO: Carne moída refogada	Feijoada OPÇÃO: Frango assado
<b>PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO</b>	Quibe de legumes com quinoa gratinado Limão	Risoto de laranja com queijo	Ovos mexidos	Quibe de abóbora com queijo	Omelete caprese
<b>PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO</b>	Berinjela recheada com quinoa	Bolinho de grão de bico	Ervilha, soja, vagem e gergelim	Soja xadrez	Feijoada Vegetariana
<b>GUARNIÇÃO</b>	Macarrão ao alho e azeite	Legumes sauté	Beterraba cozida	Mix de batatas cozidas	Farofa com couve manteiga
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	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
<b>SOBREMESA</b>	Melão	Laranja	Doce de banana Opção: Fruta	Abacaxi	Laranja
<b>BEBIDA (Refresco de)</b>	Uva	Goiaba	Caju	Laranja	Guaraná

Almoço

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

Cardápio sujeito á alteração.

