

CARDÁPIO SEMANAL

COMPOSIÇÃO		2ª FEIRA 09/09/2024	3ª FEIRA 10/09/2024	4ª FEIRA 11/09/2024	5ª FEIRA 12/09/2024	6ª FEIRA 13/09/2024
Café da manhã	BEBIDAS	Leite integral ou "leite" de soja				
		Café ou chá	Café ou chá	Café ou chá	Café ou chá	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 integral	Pão francês ou Pão careca ou
	OPÇÃO EXTRA		Cuscuz			Broa doce
	GORDURA	Manteiga ou creme vegetal				
	COMPLEMENTO PADRÃO	Frango desfiado	Carne desfiada	Queijo minas	Carne moída	Bebida láctea Bebida láctea vegetariana
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo minas	Ovos mexidos	Queijo minas	Ovos mexidos	Ricota temperada
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Pasta de amendoim	Geleia de maçã com canela	Pasta de ervilha	Guacamole	Pasta de lentilha
	FRUTA	Melancia	Mamão	Abacaxi	Banana	Salada de frutas

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

Cardápio sujeito à alteração.



CARDÁPIO SEMANAL

Almoço	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 09/09/2024	3ª FEIRA 10/09/2024	4ª FEIRA 11/09/2024	5ª FEIRA 12/09/2024	6ª FEIRA 13/09/2024
	SALADA 1	Alface roxa	Acelga	Alface lisa	Mix de folhas	Mix de alface com mostarda
	SALADA 2	Picles de rabanete	Abobrinha com oregano	Tomate	Caponata de berinjela	Beterraba ralada
	MOLHO PARA SALADA	Salsa	Ervas finas	Manjericão	Gengibre	Hortelã / Limão
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Bife de panela	Frango assado	Carne de sol	Frango a pizzaiolo	Suíno ao molho barbecue OPÇÃO: Carne ao molho
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Torta de soja com queijo	Croquete de grão de bico com queijo	Omelete caprese	Creoso de lentilha e queijo	Hambúrguer de soja e aveia gratinado
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Almôndega de soja ao sugo	Grão de bico à indiana	Pimentões recheados com quinoa branca	Charuto de lentilha	Silveirinha de soja
	GUARNIÇÃO	Legume sauté	Berinjela com oregano	Mandioca cozida	Abobrinha com salsa	Batata assada
	ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz branco e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca	Arroz com açafrão e integral Feijão preto	Arroz branco e integral Feijão carioca
	SOBREMESA	Abacaxi	Mix de doces OPÇÃO: Fruta	Melancia	Melão	Banana
BEBIDA (Refresco de)	Acerola	Morango	Guaraná	Manga	Maracujá	

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

Cardápio sujeito á alteração.

