

CARDÁPIO SEMANAL

Café da manhã	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 23/06/2025	3ª FEIRA 24/06/2025	4ª FEIRA 25/06/2025	5ª FEIRA 26/06/2025	6ª FEIRA 27/06/2025	SÁBADO 28/06/2025	DOMINGO 29/06/2025
	BEBIDAS	Leite integral OU “leite” de soja						
				Chocolate quente Chocolate quente estrito		Chocolate quente Chocolate quente estrito		
		Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá	Café OU chá
	PANIFICAÇÃO	Pão francês ou Pão careca	Pão francês ou Pão careca	Pão francês ou Pão careca Pão integral	Pão francês ou Pão careca Pão integral	Pão francês ou Pão careca Pão integral	Pão francês ou Pão careca Pão integral	Pão francês ou Pão careca Pão integral
	OPÇÃO EXTRA	Canjica Canjica vegetariana	Pamonha assada Pamonha assada					
	GORDURA	Manteiga ou creme vegetal						
	COMPLEMENTO PADRÃO	Salsicha ao molho	Carne moída à bolonhesa	Ovos mexidos	Presunto	Frango desfiado	Queijo muçarela	Bebida láctea
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo minas	Queijo muçarela	Bebida láctea	Queijo muçarela	Iogurte natural	Ricota temperada	Queijo coalho
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Cachorro-quente vegetariano	Pasta de amendoim	Requeijão de ervas	Pasta de lentilha com mostarda	Homus de abóbora e gergelim	Maionese de abacate	Geleia de goiaba
	FRUTA	Banana	Melão	Melancia	Mamão	Abacaxi	Salada de frutas	Mexerica

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

Cardápio sujeito a alteração.



CARDÁPIO SEMANAL

Almoço	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 23/06/2025	3ª FEIRA 24/06/2025	4ª FEIRA 25/06/2025	5ª FEIRA 26/06/2025	6ª FEIRA 27/06/2025	SÁBADO 28/06/2025	DOMINGO 29/06/2025
	SALADA 1	Repolho branco com gergelim	Mix de folhas	Chicória	Acelga	Couve-manteiga	Mostarda	Repolho roxo
	SALADA 2	Tomate	Beterraba ralada	Salada mista (Alface, cebola, tomate e palmito)	Abóbora ralada	Pepino em cubos	Cenoura ralada	Tabule 
	MOLHO PARA SALADA	Alho	Manjerição	Chipotle 	Ácido	Vinagrete	Hortelã / Limão	Mostarda e mel  / Limão
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Frango assado com manjerição	Carne de sol  OPÇÃO: Mungunzá salgado 	Frango ao molho branco com queijo  	Lagarto ao molho escuro 	Feijoada  OPÇÃO: Frango assado	Suíno ao molho de ervas  OPÇÃO: Carne bovina ao molho	Frango cremoso  
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Quiche de legumes e lentilha gratinada   	Cuscuz vegetariano com ovos 	Isclas de soja gratinadas  	Risoto de espinafre com couve e queijo  	Omelete de vegetais  	Bife de soja ao sugo com queijo  	Cremoso de lentilha e queijo  
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Polpetone de quinoa	Mix de grãos refogados	Berinjela recheada com homus de grão de bico	Almôndega de soja ao sugo 	Feijoada vegetariana 	Ervilha com couve-flor ao curry	Espaguete ao sugo com lentilha 
	GUARNIÇÃO	Jardineira verde	Abóbora cozida	Milho refogado	Batata assada	Farofa de cebola	Ratatouille	Chuchu com manjerição
	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	Maçã	Cocada  ou Paçoquinha  OPÇÃO: Fruta	Banana	Mexerica	Laranja	Melão	Mamão
	BEBIDA (Refresco de)	Morango	Manga	Caju	Limão	Uva	Morango	Laranja

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



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Oleaginosas



Ovos



Pimenta



Soja



Suíno



Trigo

CARDÁPIO SEMANAL

Jantar	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 23/06/2025	3ª FEIRA 24/06/2025	4ª FEIRA 25/06/2025	5ª FEIRA 26/06/2025	6ª FEIRA 27/06/2025	SÁBADO 28/06/2025	DOMINGO 29/06/2025
	SALADA 1	Acelga temperada 	Alface crespa	Repolho roxo	Alface roxa	Mix de folhas	Rúcula	Chicória
	SALADA 2	Berinjela com pimentões	Tomate e cebola em cubos	Picles de pepino	Sunomono de rabanete	Berinjela com passas e hortelã	Abóbora ralada	Tomate
	MOLHO PARA SALADA	Hortelã	Salsa	Limão	Chimichurri / Limão	Mostarda e mel  / Limão	Chipotle 	Ácido
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Strogonoff de carne   	Galinhada	Carne ao molho de vinho	Suíno ao molho de abacaxi  Opção: Frango ao molho de laranja	Quibe assado com queijo  	Lasanha de frango  	Carne acebolada
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Fritata de vegetais  	Baião de dois com queijo coalho  	Lasanha de brócolis gratinada  	Quibe de legumes com quinoa gratinado  	Nhoque à bolonhesa de soja com queijo   	Cuscuz vegetariano com lentilha e queijo minas 	Omelete com queijo e vegetais  
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Tomate recheado com soja 	Arroz carreteiro vegetariano 	Bobó de legumes com soja 	Abobrinha recheada com quinoa	Mix de grãos refogados (soja, lentilha, ervilha) 	Bolinho de grão de bico	Batata recheada com quinoa
	SOPA	Creme de mandioca	Caldo verde	Creme de legumes	Creme de cenoura com gengibre	Creme de cebola com alho poró	Creme de milho	Creme de ervilha e couve
	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	Mamão	Cocada  ou Paçoquinha  OPÇÃO: Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana	Mexerica	Melancia
	BEBIDA (Refresco de)	Morango	Manga	Caju	Limão	Uva	Morango	Laranja

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



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Oleaginosas



Ovos



Pimenta



Soja



Suíno



Trigo