

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
	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
	PANIFICAÇÃO	Pão francês ou Pão careca ou	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
	OPÇÃO EXTRA	Canjica Canjica vegetariana	Pamonha assada			
	GORDURA	Manteiga ou creme vegetal				
	COMPLEMENTO PADRÃO	Salsicha ao molho	Carne moída à bolonhesa	Ovos mexidos	Presunto	Frango desfiado
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo minas	Queijo muçarela	Bebida láctea	Queijo muçarela	Iogurte natural
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Cachorro-quente vegetariano	Pasta de amendoim	Requeijão de ervas	Pasta de lentilha com mostarda	Homus de abóbora e gergelim
	FRUTA	Banana	Melão	Melancia	Mamão	Abacaxi

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
	SALADA 1	Repolho branco com gergelim	Mix de folhas	Chicória	Acelga	Couve-manteiga
	SALADA 2	Tomate	Beterraba ralada	Salada mista (Alface, cebola, tomate e palmito)	Abóbora ralada	Pepino em cubos
	MOLHO PARA SALADA	Alho	Manjeriço	Chipotle 🌶️	Ácido	Vinagrete
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Frango assado com manjeriço	Carne de sol 🥩 OPÇÃO: Mungunzá salgado 🐷	Frango ao molho branco com queijo 🧀🥛	Lagarto ao molho escuro 🌱	Feijoada 🐷 OPÇÃO: Frango assado
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Quiche de legumes e lentilha gratinada 🥛🌱🍷	Cuscuz vegetariano com ovos 🥚	Iscas de soja gratinadas 🥛🌱	Risoto de espinafre com couve e queijo 🥛🌱	Omelete de vegetais 🥛🌱
	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 🌱
	GUARNIÇÃO	Jardineira verde	Abóbora cozida	Milho refogado	Batata assada	Farofa de cebola
	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
	SOBREMESA	Maçã	Cocada 🥥 ou Paçoquinha 🍬 OPÇÃO: Fruta	Banana	Mexerica	Laranja
	BEBIDA (Refresco de)	Morango	Manga	Caju	Limão	Uva

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



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
	SALADA 1	Acelga temperada 	Alface crespa	Repolho roxo	Alface roxa	Mix de folhas
	SALADA 2	Berinjela com pimentões	Tomate e cebola em cubos	Picles de pepino	Sunomono de rabanete	Berinjela com passas e hortelã
	MOLHO PARA SALADA	Hortelã	Salsa	Limão	Chimichurri / Limão	Mostarda e mel  / Limão
	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  
	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   
	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) 
	SOPA	Creme de mandioca	Caldo verde	Creme de legumes	Creme de cenoura com gengibre	Creme de cebola com alho poró
	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
	SOBREMESA	Mamão	Cocada  ou Paçoquinha  OPÇÃO: Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana
	BEBIDA (Refresco de)	Morango	Manga	Caju	Limão	Uva

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