

CARDÁPIO DE REFEIÇÃO SEMANAL									
DESJEJUM	Segunda-feira 22-04	Terça-feira 23-04	Quarta-feira 24-04	Quinta-feira 25-04	Sexta-feira 26-04	Sábado 27-04	Domingo 28-04		
Bebidas quentes	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café		
Vegetariano	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja		
Achocolatado	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite		
Pão	Pão francês	Pão francês Bolo de milho	Pão francês	Pão careca	Pão francês	Pão francês Cuscuz	Pão francês		
Vegetariano	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês		
Complemento	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina		
Vegetariano	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal		
Complemento	Queijo minas	Frango desfiado	Ovos mexidos	Carne desfiada	Mingau de aveia	Salsicha ao molho	Ricota com ervas		
Comp. Vegetariano	Amendotela	Guacamole	Pasta de grão de bico	Patê de berinjela	Mingau de aveia	Requeijão com ervas	Pasta de ervilha com mostarda		
Fruta	Abacaxi	Banana	Melancia	Melão	Mamão	Maçã	Salada de frutas		
ALMOÇO	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório		
Salada:	Mix de folhas e chuchu	Hakusai e beterraba ralada	Espinafre e tomate	Mostarda e abobrinha	Acelga e picles	Couve e caponata de berinjela	Alface roxa e batata com vagem		
Molho:	Hortelã	Alho e limão	Cenoura	Beterraba	Tomate cremoso	Erva picante	Pesto		
Prato Principal:	Frango caramelizado	Isca de carne	Filé de frango com ervas	Escondidinho de pernil	Lasanha de espinafre com ricota	Lagarto ao molho de gengibre e mel	Almôndega ao sugo		
Guarnição:	Quibebe de mandioca	Abobrinha com orégano	Macarrão ao alho e óleo	Cenoura com cheiro verde	Abóbora cozida com alecrim	Ratatouille	Legumes sauté sem batata		
Prato Vegetariano:	Escondidinho vegetariano	Quibe de legumes com quinoa	Moqueca vegetariana	Curry de lentilha com leite de coco	Lasanha de abobrinha	Espetinho vegano ao molho teriyaki	Charuto de soja		
Acompanhamentos:	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca		
Sobremesa:	Mamão	Géleia de fruta	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Melão		
Refresco:	Tangerina	Uva	Acerola	Caju	Goiaba	Guaraná	Limão		
JANTAR	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório		
Salada:	Acelga e abóbora ralada	Alface crespa e pepino ao vinagrete	Agrião e cenoura cozida com orégano	Repolho branco e tabule	Alface lisa e feijão fradinho	Rúcula e salada mista	Mix de folhase rabanete		
Molho:	Manjeriço	Maracujá com mel	Agri doce	Ervas	Chipotle	Alho	Salsa		
Sopa:	Sopa de cebola	Creme de batata doce	Sopa de canjiquir	Creme de legumes	Caldo verde	Creme de espinafre	Minestrone		
Pão:	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada		
Prato Principal:	Bife de panela	Carré ao molho chutney	Strogonoff de carne	Galinhada	Torta de carne moída e calabresa	Peixe à Gomes de Sá	Frango assado		
Prato Vegetariano:	Soja em grão com couve flor	Guisado de lentilha com ervilha	Macarronada à bolonhesa de soja	Carreteiro de soja	Bolinho de grão de bico	Croquete de soja	Broto de feijão com com quinoa e soja		
Acompanhamentos:	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz com açafrão, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca		
Sobremesa:	Laranja	Melão	Mamão	Maçã	Abacaxi	Doce de banana	Melancia		
Refresco:	Manga	Guaraná	Maracujá	Tangerina	Uva	Acerola	Caju		
Legenda:	PIMENTA	GLÚTEN	PORCO	OLEAGINOSAS	SOJA	COGUMELO	LEITE	OVOS	MEL