

	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 29/04/2024	3ª FEIRA 30/04/2024	4ª FEIRA 01/05/2024	5ª FEIRA 02/05/2024	6ª FEIRA 03/05/2024	SÁBADO 04/05/2024	DOMINGO 05/05/2024	
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 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			Broa doce		Cuscuz			
	GORDURA	Manteiga ou creme vegetal							
	COMPLEMENTO PADRÃO	Queijo muçarela	Ovos mexidos	Queijo minas	Patê de frango	Carne moída	Pasta de ricota		
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo muçarela	Ovos mexidos	Bebida láctea	Queijo minas	Ovos mexidos	Pasta de ricota		
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Homus de ervilha com mostarda	Maionese de abacate	Pasta de feijão fradinho com dendê	Pasta de grão de bico	Pasta de amendoim	Geleia rústica de goiaba		
	FRUTA	Banana	Melancia	Mamão	Salada de frutas	Abacaxi	Melão		

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

Cardápio sujeito a alteração.



CARDÁPIO SEMANAL

	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 29/04/2024	3ª FEIRA 30/04/2024	4ª FEIRA 01/05/2024	5ª FEIRA 02/05/2024	6ª FEIRA 03/05/2024	SÁBADO 04/05/2024	DOMINGO 05/05/2024
Almoço	SALADA 1	Mix de folhas	Repolho roxo com cenoura ralada	Couve manteiga com abacaxi	Alface roxa com agrião	Acelga temperada	Alface crespa	
	SALADA 2	Abobrinha ralada	Tomate	Cenoura ralada	Beterraba cozida	Abóbora ralada	Tomate, pimentão e cebola	
	MOLHO PARA SALADA	Alho	Ervas finas	Vinagrete	Chipotle	Rosê / Limão	Ervas finas	
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Frango assado com manjeriço	Strogonoff de carne	Feijoada OPÇÃO: File de frango ao molho branco com queijo	Lagarto ao molho escuro	Filé de peixe ao molho de ervas OPÇÃO: Frango assado	Bife ao molho	
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Moqueca de banana da terra com queijo minas	Lasanha de espinafre	Ovos mexidos ao sugo com queijo	Risoto de cenoura com queijo e ovos mexidos	Croquete de soja com queijo	Nhoque ao sugo com queijo	
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Yakissoba vegetariano	Vegetais com palmito e castanha ao curry	Guisado de grão de soja	Almôndega de soja ao sugo	Pimentão recheado com homus de ervilha	Lentilha com couve-flor	
	GUARNIÇÃO	Abóbora cozida com orégano	Batata assada	Farofa crocante	Batata doce	Chuchu com milho	Ratatouille	
	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	
	SOBREMESA	Doce de amendoim OPÇÃO: Fruta	Maçã	Laranja	Melancia	Melão	Abacaxi	
	BEBIDA (Refresco de)	Morango	Goiaba	Tangerina	Limão	Uva	Tangerina	

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



Jantar	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 29/04/2024	3ª FEIRA 30/04/2024	4ª FEIRA 01/05/2024	5ª FEIRA 02/05/2024	6ª FEIRA 03/05/2024	SÁBADO 04/05/2024	DOMINGO 05/05/2024
	SALADA 1	Alface crespa com rúcula	Acelga com rúcula	Repolho branco com gergelim preto	Alface crespa	Mix de folhas		
	SALADA 2	Beterraba ralada	Salada de macarrão	Chuchu com milho	Berinjela com pimentões	Cenoura ralada		
	MOLHO PARA SALADA	Hortelã	Chimichurri	Gengibre	Manjericão	Salsa		
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Carne de sol	Frango assado ao molho barbecue	Isca de carne acebolada	Frango ao molho de laranja	Costela bovina ao molho		
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Bife de soja ao sugo e queijo 	Bolinho de grão de bico gratinado	Cuscuz vegetariano com ovos	Ovos ao sugo	Macarrão ao molho branco com crocante de soja 		
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Berinjela recheada com soja	Lentilha com brócolis	Bobó de legumes com soja	Grão de bico e couve-flor ao curry	Refogado de lentilha		
	SOPA	Creme de mandioca com brócolis	Creme de fubá proteína de soja crocante	Creme de ervilha	Sopa de tomate com aveia	Creme de legumes		
	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	Laranja	Melão	Banana	Maçã	Doce de banana OPÇÃO: Fruta			
BEBIDA (Refresco de)	Morango	Goiaba	Tangerina	Limão	Manga			

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

Cardápio sujeito a alteração.



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Oleaginosas



Ovos



Pimenta



Soja



Suíno



Trigo