

COMPOSIÇÃO		2ª FEIRA 22/04/2024	3ª FEIRA 23/04/2024	4ª FEIRA 24/04/2024	5ª FEIRA 25/04/2024	6ª FEIRA 26/04/2024	SÁBADO 27/04/2024	DOMINGO 28/04/2024
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 francês ou Pão careca ou	Pão francês ou Pão careca ou Pão integral	Pão francês ou Pão careca ou		
	OPÇÃO EXTRA		Cuscuz			Bolo Bolo vegetariano		
	GORDURA	Manteiga ou creme vegetal						
	COMPLEMENTO PADRÃO	Salsicha ao molho	Carne desfiada	Queijo minas	Carne moída	Bebida láctea		
	COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo muçarela	Ovos mexidos	Queijo minas	Ovos mexidos	Ricota temperada		
	COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Amendotela	Geleia de maçã com canela	Pasta de ervilha	Patê de tomate	Pasta de lentilha		
	FRUTA	Melancia	Mamão	Abacaxi	Banana	Salada de frutas		

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

Cardápio sujeito à alteração.



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Oleaginosas



Ovos



Pimenta



Soja



Suíno



Trigo

CARDÁPIO SEMANAL

Almoço	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 22/04/2024	3ª FEIRA 23/04/2024	4ª FEIRA 24/04/2024	5ª FEIRA 25/04/2024	6ª FEIRA 26/04/2024	SÁBADO 27/04/2024	DOMINGO 28/04/2024
	SALADA 1	Alface roxa	Acelga	Alface lisa	Mix de folhas	Mix de alface com mostarda		
	SALADA 2	Tomate	Picles de rabanete	Abóbora ralada	Beterraba ralada	Caponata de berinjela		
	MOLHO PARA SALADA	Salsa	Ervas finas	Manjeriço	Gengibre	Hortelã		
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Bife de panela	Frango assado	Lasanha à bolonhesa 	Filé de frango com manteiga de ervas 	Carne de sol		
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Torta de soja com queijo	Croquete de grão de bico com queijo	Omelete à caprese 	Torta de palmito, lentilha e queijo 	Hambúrguer de soja e aveia gratinado 		
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Almôndega de soja ao sugo	Grão de bico à indiana	Pimentão recheado com quinoa branca	Charuto de lentilha	Silveirinha de soja		
	GUARNIÇÃO	Berinjela com oregão	Legume Sautê	Batata assada	Abobrinha com salsa	Mandioca cozida		
	ACOMPANHAMENTOS	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	Abacaxi	Doce de leite OPÇÃO: Fruta	Maçã	Melão	Banana		
BEBIDA (Refresco de)	Acerola	Abacaxi	Guaraná	Manga	Maracujá			

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

Cardápio sujeito à alteração.



	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 22/04/2024	3ª FEIRA 23/04/2024	4ª FEIRA 24/04/2024	5ª FEIRA 25/04/2024	6ª FEIRA 26/04/2024	SÁBADO 27/04/2024	DOMINGO 28/04/2024
Jantar	SALADA 1	Repolho roxo	Alface roxa	Repolho branco e passas	Alface crespa	Acelga temperada		
	SALADA 2	Chuchu cozido	Cenoura ralada	Beterraba cozida	Pepino fatiado	Maionese de batata		
	MOLHO PARA SALADA	Alho e limão	Gengibre	Iogurte com hortelã / Limão	Rosé / Limão	Chipotle / Limão		
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Fango à parisiense	Escondidinho de carne moída	Frango assado com manjeriço	Carne ao molho	Suíno ao molho barbecue OPÇÃO: Filé de frango acebolado		
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Ovos ao sugo	Macarronada à bolonhesa de soja gratinada	Nhoque ao sugo com queijo minas	Tomate recheado com homus de grão de bico gratinado	Strogonoff de grão de bico		
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Tomate recheado com quinoa branca	Macarronada à bolonhesa de soja	Hambúrguer de abóbora	Moqueca de banana com grão de bico	Grão de bico cozido		
	SOPA	Caldo verde	Sopa de legumes	Creme de milho	Sopa de abóbora	Creme de espinafre		
	TORRADA	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada		
	ACOMPANHAMENTOS	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	Maçã	Banana	Laranja	Doce de goiaba OPÇÃO: Fruta	Melancia		
BEBIDA (Refresco de)	Acerola	Abacaxi	Guaraná	Manga	Maracujá			

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

