

# CARDÁPIO SEMANAL

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 07/07/2025	3ª FEIRA 08/07/2025	4ª FEIRA 09/07/2025	5ª FEIRA 10/07/2025	6ª FEIRA 11/07/2025
BEBIDAS	Leite integral OU "leite" de soja OU				
		Chocolate quente Chocolate quente estrito			Chocolate quente Chocolate quente estrito
	Café OU chá				
PANIFICAÇÃO	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 francês ou Pão careca ou Pão integral
OPÇÃO EXTRA	Cuscuz			Broa de milho	
GORDURA	Manteiga ou creme vegetal				
COMPLEMENTO PADRÃO	Frango desfiado	Carne moída	Ovos mexidos	Carne desfiada	Ovos mexidos
COMPLEMENTO OVOLACTOVEGETARIANO	Queijo minas	Bebida láctea	Queijo muçarela	Pasta de ricota temperada	Queijo minas
COMPLEMENTO VEGETARIANO ESTRITO	Cachorro-quente vegetariano	Homus de abóbora com gergelim	Pasta de ervilha com hortelã	Pasta de lentilha com mostarda	Pasta de amendoim
FRUTA	Maçã	Melão	Banana	Abacaxi	Melancia

Mesa de apoio: água, achocolatado, açúcar e adoçante. Cardápio sujeito a alteração.



Almoço	COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 07/07/2025	3ª FEIRA 08/07/2025	4ª FEIRA 09/07/2025	5ª FEIRA 10/07/2025	6ª FEIRA 11/07/2025
	SALADA 1	Alface crespa	Mix de folhas	Acelga temperada 	Alface roxa com rúcula	Salada de alfaces
	SALADA 2	Tomate	Beterraba ralada	Pepino em cubos com gergelim	Berinjela com pimentões	Tomate, palmito e cenoura ralada
	MOLHO PARA SALADA	Ácido	Vinagrete	Salsa	Chipotle 	Manjeriçã
	PRATO PRINCIPAL PADRÃO	Strogonoff de frango   	Carne ao molho de vinho	Frango assado com manjeriçã	Suíno africano   OPÇÃO: Bife bovino acebolado	Feijoada  OPÇÃO: Frango assado
	PRATO PRINCIPAL OVOLACTOVEGETARIANO	Strogonoff vegetariano    	Delícia de lentilha  	Abobrinha recheada com homus de grão de bico gratinada 	Fritata de vegetais 	Bife de soja ao sugo com queijo  
	PRATO PRINCIPAL VEGETARIANO ESTRITO	Moqueca de banana da terra com grão de bico	Polpetone de quinoa	Guisado de grão de bico	Bolinho de feijão branco com gergelim	Ervilha ao sugo
	GUARNIÇÃO	Batata assada	Jardineira verde	Beterraba com milho	Cenoura com salsinha e azeite	Farofa de couve
	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	Mix de doces   OPÇÃO: Fruta	Mexerica	Maçã	Melão	Laranja
BEBIDA (Refresco de)	Goiaba	Jabuticaba	Tangerina	Maracujá	Acerola	

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

Cardápio sujeito a alteração.



Cogumelo



Leite e derivados



Mel



Oleaginosas



Ovos



Pimenta



Soja



Suíno



Trigo