

CARDÁPIO 4

ALMOÇO					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
Saladas	Vinagrete	Beterraba com milho	Pepino com tomate	Mix de folhas /palmito	Acelga/manga
	Repolho com azeitonas	Acelga com laranja	Cenoura com milho	Vinagrete	Cenoura/ervilha/ manjeriçao
Prato principal	Bife de panela	Copa lombo grelhado ao molho	Bobó de frango	Picadinho de carne com chuchu	Xinxim de frango
Prato ovolacto	Escondidinho de soja	Torta italiana de soja	Frigideira de legumes com queijo	Quibe de abóbora com queijo	Quiche de tomate/ricota/manjeriçao
Guarnição	Farofa de cuscuz com banana da terra	Espaguete	Farofa	Purê de batata	Vatapá/vatapá vegano
Acompanhamentos	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão Mulatinho	Feijão Mulatinho	Feijão Mulatinho	Feijão Mulatinho	Feijão Fradinho
Sobremesa	Mariola	Paçoca	Bombom	Maçã	Doce de leite com coco
Suco	S. Goiaba	S. Manga	S. Frutas	S. Umbu	S. Cajú
JANTAR					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas	Mix folhas c/ palmito	Vinagrete	Tabule	Repolho bicolor	Alface/tomate
	Pepino ao vinagrete	Repolho com abacaxi	Beterraba ralada	Pepino/coentro	Tabule
Prato Principal	Frango assado/Alecrim	Isca de frango grelhada a chinesa	Lasanha a bolonhesa	Fricassê de frango	Mexidinho de peixe
Prato ovolacto	Quiche de ricota/ legumes/milho	Soja gratinada	Empadão de legumes	Cocote	Tortilha de legumes
Guarnição	Purê misto	Chuchu refogado com ervilha	Batata rústica	Macarrão parafuso temperado	Farofa
Acompanhamentos	Arroz c/ salsa	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão Mulatinho	Feijão Mulatinho	Feijão Mulatinho	Feijão Mulatinho	Feijão Mulatinho
Sobremesa	Tangerina	Nego bom	Doce de leite foudant	Melão	Pé de moleque
Suco	S. Frutas	S. Umbu	S. Cajú	S. Manga	S. Goiaba

***Sujeito à Alteração!