































































































ALMOÇO	Segunda (13/01)	Terça (14/01)	Quarta (15/01)	Quinta (16/01)	Sexta (17/01)	Sábado (18/01)
Principal	Peixada cearense     	Suíno ao forno com abacaxi grelhado 	Feijoada  	Isclas de frango acebolados com batata palha e azeitona 	Assado de panela ao molho 	Carne moída a portuguesa  
	Cubos de carne acebolados 	Isca de carne ao molho com batata 	Filé de frango ao sugo 	Escondidinho de carne do sol  	Filé de frango ao molho parisiense  	Frango ao forno com orégano 
Vegetariano	Moqueca vegetariana 	Cozido de grão de bico 	Feijoada vegetariana 	Macarronada vegetariana 	Arroz cremoso de lentilha 	Soja nordestina 
Salada Crua	Repolho branco, repolho roxo, cenoura e abacaxi	Acelga, cenoura, pepino e manga	Acelga, alface, beterraba e milho verde	Salada tropical (alface, acelga, passas, abacaxi e laranja)	Alface, tomate, espinafre e pepino	Alface crespa, repolho roxo, cenoura e passas
Salada Cozida	Batata doce sauté	Salada cearense (abóbora e macaxeira)	Batata inglesa rústica ao forno com orégano	Beterraba e brocolis refogados	Abóbora e vagem refogados	Salada russa (batata, cenoura, ervilha, salsa e maionese)
Guarnição	Farofa 	Purê* 	Farofa c/ soja crocante 	Macarrão** 	Cuscuz 	Farofa dourada com cheiro verde 
Acompanhamentos	Arroz Branco 	Baião de dois 	Arroz Branco 	Arroz Branco 	Arroz Branco 	Arroz Branco 
	Arroz Integral 	Arroz Integral 	Arroz Integral 	Arroz Integral c/ passas 	Arroz Integral 	Arroz Integral 
	Feijão Carioca 	Feijão Corda 	Feijão Carioca 	Feijão Corda 	Feijão Carioca 	Feijão Carioca 
Sobremesa	Tangerina Doce de goiaba mariola	Banana prata Doce paçoquita	Laranja Doce quebra queixo	Melancia Doce coxa de moça	Melão Doce banana mariola	Maçã Doce leite tablete
Suco	Goiaba	Caju	Acerola	Manga	Maracujá	Seriguela

JANTAR	Segunda (13/01)	Terça (14/01)	Quarta (15/01)	Quinta (16/01)	Sexta (17/01)	Sábado (18/01)
Principal	Fígado ao molho 	Bife ao molho 	Catchupa  	Filé de peixe com legumes sauteados 	Pernil suíno assado com ervas  	xxxxxxxx
	Frango ao forno com aveia 	Lasanha de frango  	Frango ao forno com gergelim 	Delícia de carne do sol  	Cubos de carne ao molho com legumes  	
Sopa	Frango com legumes 	Carne com legumes 	Feijão com legumes 	Peixe com legumes 	Canja de galinha 	
Vegetariano	Falafel 	Kibe de soja 	Empadão de legumes 	Almondegas de grão de bico 	Hamburguer de lentilha ao molho sugo 	
Salada Crua	Cenoura, beterraba, coentro e manga	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Alface, tomate, pepino, manga e cebola roxa	Alface, repolho, salsa e cenoura	Alface, beterraba, pepino e manga	
Salada Cozida	Batata, chuchu, couve flor e passas	Beterraba com milho verde	Abóbora e brocolis sauté	Macaxeira amanteigada	Batata inglesa sauteada na manteiga	
Guarnição	Cuscuz 	Farofa 	Macarrão** 	Purê* 	Farofa Crispy 	
Acompanhamentos	Arroz Branco 	Arroz Branco 	Arroz Branco 	Baião de dois 	Arroz Branco 	
	Arroz Integral 	Arroz Integral 	Arroz Integral 	Arroz Integral c/ brocolis 	Arroz Integral c/ brocolis 	
	Feijão de Corda 	Feijão Carioca 	Feijão Corda 	Feijão de Carioca 	Feijão Corda 	
Sobremesa	Abacaxi Doce coxa de moça	Melancia Doce quebra queixo	Mamão Doce goiaba cristalizado	Banana prata Doce caju cristalizado	Tangerina Doce quebra queixo	
Suco	Graviola	Abacaxi	Cajá	Goiaba	Acerola	

Obs.: Cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém lactose

** Contém glúten

ALÉRGICOS: Pode conter trigo, centeio, cevada, aveia, leite, ovo, soja, milho;

Gabriela Viana Lima
Nutricionista

