

ALMOÇO	Segunda (20/10)	Terça (21/10)	Quarta (22/10)	Quinta (23/10)	Sexta (24/10)	Sábado (25/10)
Principal	Filé de peixe ao molho moqueca	Bife ao molho	Feijoada	Frango ao forno	Catchupa	Carne moída a bolonhesa
	Cozido bovino	Suíno tropical	Frango a parmegiana	Delícia de carne do sol	Carne do sol acebolada	Strogonoff de frango
Vegetariano	Curry de lentilha	refogado de lentilha	Moqueca vegetariana	Soja tropical	Assado de grão de bico	Soja nordestina
Salada Crua	Salada refrescante (alface crespa e roxa, rúcula, hortelã e abacaxi)	Acelga, cenoura, pepino e manga	Acelga, alface, beterraba, abacaxi	Salada tropical (alface, acelga, abacaxi e laranja)	Alface, tomate, pepino e laranja	Alface crespa, repolho roxo, cenoura, melão
Salada Cozida	Batata inglesa com salsinha	Salada cearense (abóbora e macaxeira)	Couve manteiga, cenoura, repolho refogados	Beterraba com cheiro verde	Abóbora e vagem refogados	Macaxeira salteada na manteiga
Guarnição	Cuscuz	Farofa	Farofa c/ soja	Macarrão**	Farofa	Farofa
Acompanhamentos	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Sobremesa	Melão espanhol Doce de goiaba mariola	Banana prata Doce paçoquita	Laranja Doce quebra queixo	Melancia Doce coxa de moça	Melão japonês Doce banana mariola	Maçã Doce leite tablette
Suco	Goiaba	Seriguela	Acerola	Manga	Seriguela	Maracujá

JANTAR	Segunda (20/10)	Terça (21/10)	Quarta (22/10)	Quinta (23/10)	Sexta (24/10)	Sábado (25/10)
Principal	Fígado ao molho	Carne ao molho	Calulu de peixe	Suíno ao forno	Almondegas ao molho	xxxxxxxxx
	Frango a carbonara	Torta de frango	Carne acebolada	Fricassê de frango	Frango ao forno	
Sopa	Frango com legumes	Carne com legumes	Feijão com legumes	Peixe com legumes	Canja de galinha	
Vegetariano	Salpicão vegano	Hamburguer de soja	Panqueca vegana	Suflé de legumes	Torta de legumes	
Salada Crua	Cenoura, beterraba, coentro e manga	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Alface, tomate, pepino, acelga	Alface, repolho, cenoura, abacaxi	Alface, beterraba, pepino e manga	
Salada Cozida	Abóbora e chuchu refogados	Beterraba com cheiro verde	Macaxeira cozida com cebolinha	Batata doce	Batata e cenoura	
Guarnição	Purê	Macarrão	Cuscuz	Farofa	Macarrão	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão de Carioca	Feijão Corda	
Sobremesa	Abacaxi Doce coxa de moça	Melancia Doce quebra queixo	Mamão Doce de amendoim	Banana prata Doce caju cristalizado	Laranja Doce quebra queixo	
Suco	Graviola	Abacaxi	Cajá	Goiaba	Manga	

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

