

CARDÁPIO ABRIL 2024

DATA	01/04/2024 (Segunda-feira)	02/04/2024 (Terça-feira)	03/04/2024 (Quarta-feira)	04/04/2024 (Quinta-feira)	05/04/2024 (Sexta-feira)
SALADA			Alface americana / Salada de Beterraba / Salada de Tomate grelhado	Mix (Alface roxa + Alface crespa) / Salada de Batata / Tomatinho cereja	Mix de Alface / Salada de Vagem / Tomate + Manjeriçao
PROTEÍNA A			Feijoada (Lombo + Carne seca + Paio)	Carne moída c/ Abóbora	Bife de Panela
PROTEÍNA B			Filé de peito de frango grelhado na Laranja	Filé de frango cremoso (Gratinado forno)	Estrogonofe de Frango
OVOS			Ovos mexidos	Ovo mexido c/ Painço descascado	Ovos mexidos c/ Açafrão
GUARNIÇÃO			Couve / Farofa de banana / Torresmo / Laranja / Caldinho de feijão	Espaguete integral c/ Brócolis ao alho e óleo	Batata bolinha assada c/ Alecrim
PRATO BASE			Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca
ÁGUA SABORIZADA			Laranja + Canela	Hortelã + Maçã	Limão + Laranja
SOBREMESA			Laranja lima	Abacaxi	Banana nanica

CARDÁPIO ABRIL 2024

DATA	08/04/2024 (Segunda-feira)	09/04/2024 (Terça- feira)	10/04/2024 (Quarta- feira)	11/04/2024 (Quinta-feira)	12/04/2024 (Sexta- feira)
SALADA	Alface americana c/ Cebola roxa / Salada de Vagem / Tomate c/ Pepino	Mix (Alface + Agrião) / Tomate / Grão de bico	Mix (Alface + Rúcula) / Tomate cereja c/ ervas (in natura) / Beterraba cozida (estrelinha)	Repolho c/ vinagrete de Tomate / Alface crespa c/ Beterraba ralada / Tomate c/ Manjericão	Alface crespa c/ Rabanete / Salada de Rúcula c/ Pepino ralado / Salada de Tomate
PROTEÍNA A	Panqueca de carne c/ molho ao sugo (in natura)	Carne moída	Feijoada (Carne seca / Lombo / Paio)	Lasanha à bolonhesa (molho bco + molho vermelho)	Lagarto de panela recheado c/ Linguíça calabresa
PROTEÍNA B	Fricassé de Frango	Tilápia grelhada	Sobrecoxa no molho	Mini espetinho de frango (Coxa e Sobrecoxa)	Sobrecoxa desossada no molho
OVOS	Ovo mexido c/ Tomate	Panqueca de Ovos	Ovos mexidos c/ Cenoura ralada	Salada de ovos (maionese caseira) c/ Cebolas caramelizadas	Ovos mexidos c/ Cogumelos shimeji
GUARNIÇÃO	Legumes sauté	Purê de Inhame	Farofa de Banana / Couve / Laranja / Torresminho	Batata assada c/ casca (Páprica + Alho + Parmesão)	Purê de Batata c/ Alho
PRATO BASE	Arroz int. + Arroz bco / Feijão preto (Beterraba)	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco + Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco (c/ quinoa) / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca
ÁGUA SABORIZADA	Maçã + Canela		Laranja + Canela	Laranja + Limão	Pitaita + Limão
SOBREMESA	Melão	Tangerina cravo	Caqui	Banana nanica	Laranja

CARDÁPIO ABRIL 2024

DATA	15/04/2024 (Segunda-feira)	16/04/2024 (Terça- feira)	17/04/2024 (Quarta- feira)	18/04/2024 (Quinta- feira)	19/04/2024 (Sexta- feira)
SALADA	Alface / Beterraba estrelinha / Tomate c/ Cebola roxa	Mix (Alface + Rúcula) / Tomate cereja c/ ervas (in natura) / Beterraba Ralada	Alface americana c/ Cebola roxa / Salada de Vagem / Toamte c/ Pepino	Mix (Alface + Agrião) / Tomate + Grão de bico / Salada de Repolho	Alface crespa + Cenoura ralada / Pepino + Tomate + Chia / Salada de Chuchu
PROTEÍNA A	Bife acebolado	Carne de panela c/ mandioca	Feijoada (Lombo + Carne seca + Paio)	Polenta mole c/ Carne moída	Costelinha a Barbecue
PROTEÍNA B	Sobrecoxa desossada assada na maionese caseira	Filé de frango grelhado	Parmegiana de frango (forno)	Sobrecoxa no molho	Sobrecoxa desossada assada na maionese caseira
OVOS	Omelete de Espinafre	Ovos mexidos c/ Painço descascado	Ovos na chapa	Ovos cozidos recheados	Maionese de Ovos
GUARNIÇÃO	Batata frita (air fryer)	Creme de milho	Farofa de Banana / Couve / Laranja / Mandioca frita (Air Fryer)	Batata assada c/ Cebola	Batata recheada (Jacket Potato)
PRATO BASE	Arroz int. + Arroz bco / Feijão preto	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão fradinho	Arroz bco / Feijão carioca (Beterraba)
ÁGUA SABORIZADA	Hortelã	Abacaxi + Hortelã	Laranja + Canela	Melancia	Limão + Laranja
SOBREMESA	Banana cozida + Canela + Açúcar de maçã	Gelatina (Água da Beterraba)	Laranja Lima	Banana	Melão

CARDÁPIO ABRIL 2024

DATA	22/04/2024 (Segunda-feira)	23/04/2024 (Terça- feira)	24/04/2024 (Quarta-feira)	25/04/2024 (Quinta-feira)	26/04/2024 (Sexta- feira)
SALADA	Alface crespa picada + Beterraba ralada / Tomate c/ manjeriçao (in natura) / Salada de Berinjela	Mix (Alface + Rúcula) / Grão de bico + Vinagrete Tomate / Beterraba cozida (estrelinha)	Alface americana c/ Cebola roxa / Salada de Vagem / Tomate + Pepino + Semente de Girassol	Mix (Alface + Agrião) / Tomate + Grão de bico	Alface crespa + Cenoura ralada / Pepino / Salada Rabanete
PROTEÍNA A	Fraudinha assada	Estrogonofe de carne	Feijoada (Lombo + Carne seca + Paio)	Carne de Panela	Bracciola de Carne
PROTEÍNA B	Tilápia grelhada	Rôle de Frango	Filé de Frango frito no suco da Laranja		Iscas de Filé Frango c/ Molho branco
OVOS					Omelete c/ ervas in natura
GUARNIÇÃO	Mix de Legumes assado	Batata frita Air Fryer	Farofa de Banana/ Couve / Banana frita Air Fryer / Costelinha assada	Nhoque de Mandioca + Molho sugo (in natura)	Purê de Batata c/ Alho
PRATO BASE	Arroz int. + Arroz bco / Feijão preto (Beterraba)	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão fradinho c/ Músculo	Arroz bco / Feijão carioca (Beterraba)
ÁGUA SABORIZADA	Laranja	Abacaxi + Hortelã	Laranja + Canela	Maçã + Canela	Limão + Laranja
SOBREMESA		Banana	Laranja lima	Melão	Mexerica

CARDÁPIO ABRIL 2024

DATA	22/04/2024 (Segunda-feira)	23/04/2024 (Terça- feira)	01/05/2024 (Quarta- feira)	02/05/2024 (Quinta-feira)	03/05/2024 (Sexta- feira)
SALADA	Alface + Acelga / Tomate confit / Pepino + Gergelim preto	Mis Alface / Maionese de Legumes / Salada de Lentilha + Tomate			
PROTEÍNA A	Bisteca	Tomate recheado c/ Carne desfiada			
PROTEÍNA B	Frango assado c/ Cebola	Tilápia no Molho de Laranja			
OVOS	Massa folhada c/ Ovo	Pizza de Ovo de Queijo + Tomatinho cereja			
GUARNIÇÃO	Virado a Paulista / Couve / Ovo na chapa	Purê de Batata doce c/ Alecrim (in natura)			
PRATO BASE	Arroz int. + Arroz bco / Feijão preto (Beterraba)	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca			
ÁGUA SABORIZADA	Laranja	Abacaxi + Hortelã			
SOBREMESA	Mexerica Cravo	Banana			