

CARDÁPIO AGOSTO 2024

DATA	29/07/2024 (Segunda-feira)	30/07/2024 (Terça-feira)	31/07/2024 (Quarta-feira)	01/08/2024 (Quinta-feira)	02/08/2024 (Sexta-feira)
SALADA				Alface crespa + Chia / Salada de + Tomate + Pepino	Mis Alface / Tomate + Manjericão /
PROTEÍNA A				Estrogonoffe de Carne	Carne moída
PROTEÍNA B				Estrogonoffe de Frango	Filé de Frango grelhado
OVOS				Ovos mexidos c/ Painço descascado	Ovos mexidos
ACOMPANHAMENTO				Batata palito assada	Legumes refogado
PRATO BASE				Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca
ÁGUA SABORIZADA				Laranja + Hortelã	Abacaxi + Hortelã
SOBREMESA				Fruta da Estação	Fruta de Estação

CARDÁPIO AGOSTO 2024

DATA	05/08/2024 (Segunda-feira)	06/08/2024 (Terça-feira)	07/08/2024 (Quarta-feira)	08/08/2024 (Quinta-feira)	09/08/2024 (Sexta-feira)
SALADA	Salada verde / Cenoura + Chuchu / Tomate + Chia	Alface + Ora-pro-nóbis / Grão de bico + vinagrete de cenora / Abobrinha grelhada	Alface americana + Cenoura ralada / Tomate + Manjeriçã / Vinagrete	Alface crespa + Chia / Salada de + Tomate + Pepino	Mis Alface / Tomate + Manjeriçã /
PROTEÍNA A	Polpetone de Carne	Parmegiana de Carne	Feijoada (Lombo + Carne seca + Paio)	Lagarto recheado c/ Cenoura	Carne de panela desfiada
PROTEÍNA B	Polpetone de Frango	Parmegiana de Frango	Filé de Frango grelhado	Iscas de Filé de Frango empanado assado / Molho de Beterraba	Sobrecoxa desossada cozida
OVOS	Ovos mexidos c/ Gergelim branco	Panqueca de ovos	Omelete c/ painço	Omelete c/ queijo	Ovos na chapa
ACOMPANHAMENTO	Espaguete integral	Batata rustica assada	Farofa de banana / Couve / Torresminho / Laranja / Caldinho de feijão	Purê de Batata	Polenta c/ Queijo
PRATO BASE	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca
ÁGUA SABORIZADA	Abacaxi + Hortelã	Laranja Lima	Laranja	Laranja + Hortelã	Limão + Laranja
SOBREMESA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta de Estação

CARDÁPIO AGOSTO 2024

DATA	12/08/2024 (Segunda-feira)	13/08/2024 (Terça-feira)	14/08/2024 (Quarta-feira)	15/08/2024 (Quinta-feira)	16/08/2024 (Sexta-feira)
SALADA	Mix de Alface / Salada de Berinjela + Pimentão amarelo /	Maionese de Legumes / Salada de Batata / Mix folhas verdes / Vinagrete	Alface americana + Cenoura ralada / Tomate + Manjeriçã / Pepino	Alface crespã + Chia / Salada de + Tomate + Pepino	Mis Alface / Tomate + Manjeriçã /
PROTEÍNA A	Virado a Paulista	Espetinho de carne	Feijoada (Lombo + Carne seca + Paio)	Nuggets saudável	Costelinha Barbecue
PROTEÍNA B	Bisteca de porco	Espetinho de Frango	Filé de Frango grelhado no suco da Laranja	Iscas de Carne	Sobrecoxa assada
OVOS	Ovo cozido	Ovos mexidos + Gergelim branco	Omelete	Ovos mexidos c/ Painço descascado	Ovo na chapa
ACOMPANHAMENTO	Linguiça grelhada / Banana assada / Couve	Farofa / Arroz biro-biro	Farofa de banana / Couve / Torresminho / Laranja / Caldinho de feijão	Molho de Beterraba / Purê de Inhame	Batata de forno cremosa gratinada
PRATO BASE	Arroz bco / Feijão preto	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca
ÁGUA SABORIZADA	Maçã + Canela	Melancia + Hortelã	Laranja	Laranja + Hortelã	Abacaxi + Hortelã
SOBREMESA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta de Estação

CARDÁPIO AGOSTO 2024

DATA	19/08/2024 (Segunda-feira)	20/08/2024 (Terça-feira)	21/08/2024 (Quarta-feira)	22/08/2024 (Quinta-feira)	23/08/2024 (Sexta-feira)
SALADA	Salada de Bifum + Cenoura ralada / Mix folhas verdes /	Salada verde / Cevadinha / Pepino	Salada de Batata / Alface + Mix de Quinoa / Salada de Vagem	Salada de Couve / Tomate	Mix Alface / Tomate + Manjeriço /
PROTEÍNA A	Yakssoba de Carne	Lasanha a Bolonesa	Feijoada (Lombo + Carne seca + Paio)	Vaca atolada	Carne moída
PROTEÍNA B	Yakssoba de Frango	Frango assado	Iscas de Peito de Frango	Coxa e Sobrecoxa no molho	Tilápia grelhada
OVOS	Panqueca de Ovo c/ Queijo	Maionese de Ovos	Omelete	Ovos mexidos c/ Painço descascado	Ovo de Codorna
ACOMPANHAMENTO	Rolinho primavera c/ Queijo (assado) / Brócolis ao Alho e Óleo	Abobrinha grelhada	Farofa de banana / Couve / Torresminho / Laranja / Caldinho de feijão	Mandioca cozida / Feijão tropeiro / Farofa	Purê de Batata doce
PRATO BASE	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca
ÁGUA SABORIZADA		Laranja	Maçã + Canela	Laranja + Limão	Abacaxi
SOBREMESA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta de Estação

CARDÁPIO AGOSTO 2024

DATA	26/08/2024 (Segunda-feira)	27/08/2024 (Terça-feira)	28/08/2024 (Quarta-feira)	29/08/2024 (Quinta-feira)	30/08/2024 (Sexta-feira)
SALADA	Alface + Mix Gergelim / Grão de bico + Cenoura ralada / Tomate Cereja confit	Mix folha verdes / Cevadinha /	Alface americana + Cenoura ralada / Tomate + Manjericão / Pepino	Alface + gergelim preto / Molho Tártaro / Tomate + Orégano	Mis Alface / Tomate + Manjericão / Pimenta Cambuci grelhada
PROTEÍNA A	Panqueca (Cenoura) de Carne / Molho de Tomate	Filé de Frango grelhado	Feijoada (Lombo + Carne seca + Paio)	Abobrinha recheada c/ Carne moída	Carne de panela
PROTEÍNA B	Panqueca (Cenoura) de Frango / Molho branco	Bife acebolado	Fricassé de Frango	Isclas de Tilápia empanada - assada	Filé de Frango à Pizzaiolo
OVOS	Ovos cozidos receheados	Ovos cremosos	Omelete	Panqueca de Ovo c/ Painço descascado	Ovos mexidos c/ Gergelim branco
ACOMPANHAMENTO	Legumes salteados na Manteiga	Creme de Espinafre	Farofa de banana / Couve / Torresminho / Laranja / Caldinho de feijão	Purê de Batata c/ Alho	Couve Flor ao Molho branco gratinado
PRATO BASE	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca
ÁGUA SABORIZADA	Limão siciliano		Laranja		
SOBREMESA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta de Estação