

## CARDÁPIO FEVEREIRO 2025

DATA	27/01/2025 (Segunda-feira)	28/01/2025 (Terça- feira)	29/01/2025 (Quarta-feira)	30/01/2025 (Quinta-feira)	31/01/2025 (Sexta- feira)
<b>SALADA</b>	Alface crespa + Cenoura / Tomate c/ manjeriçã	Alface + Chia / Salada de feijã branco	Alface c/ Cebola roxa / Vinagrete de Tomate	Mix (Alface + Agriã) / Tomate + Grã de bico	Alface crespa + Cenoura ralada / Pepino + Lentilha
<b>PROTEÍNA A</b>	Almondegas de Carne + Molho	Vaca atolada	Feijoada (Carne seca + Paio)	Carne Moida	Costelinha a Barbecue
<b>PROTEÍNA B</b>	Fricassé de Frango	Filé de frango grelhado	Parmegiana de frango (forno)	Sobrecoxa no molho	Panqueca de Legumes
<b>OVOS</b>	Ovos mexidos c/ Queijo	Ovos cozidos	Ovos mexidos c/ Gergelim branco	Omelete c/ Semente de Girassol	Ovos mexidos c/ Tomate
<b>GUARNIÇÃO</b>	Espaguete ao Alho e Óleo	Farofa de maçã c/ bacon	Farofa / Couve / Torresmo / Laranja	Polenta mole	Purê de Batata
<b>ACOMPANHA- MENTO</b>	Arroz int. / Arroz bco / Feijã preto	Arroz int. / Arroz bco / Feijã carioca	Arroz bco / Feijã carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijã carioca	Arroz bco / Feijã carioca
<b>ÁGUA SABORIZADA</b>	Pepino + Limã	Melancia	Laranja	Alecrim + Morango	Limã + Laranja
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Estaçã	Gelatina	Fruta da Estaçã	Fruta da Estaçã	Gelatina
	<b>Cardápio Sujeito a Mudanças</b>				

## CARDÁPIO FEVEREIRO 2025

DATA	03/02/2025 (Segunda-feira)	04/02/2025 (Terça-feira)	05/02/2025 (Quarta-feira)	06/02/2025 (Quinta-feira)	07/02/2025 (Sexta-feira)	
<b>SALADA</b>	Mix (Alface + Acelga) / Tomate + Grão de bico	Alface + Chia + Cebola / Salada de Berinjela	Alface + Cebola roxa / Vinagrete de Tomate	Mix folhas verdes / Pepino + Tomate	Alface + Repolho roxo / Salada de Abobrinha	
<b>PROTEÍNA A</b>	Carne Moída	Panqueca de Carne	Feijoada (Carne seca + Linguiça calabresa)	Molho a Bolonhesa	Carne de panela	
<b>PROTEÍNA B</b>	Sobrecoxa no molho	Panqueca de Frango	Filé de Frango grelhado c/ Molho de Laranja	Filé de Frango em cubos ao Molho branco	Filé de Frango à milanesa (assado)	
<b>OVOS</b>	Omelete c/ Painço descascado	Ovos mexidos	Panqueca de Ovos	Ovos cozidos	Ovos mexidos c/ Tomate	
<b>GUARNIÇÃO</b>	Abóbora refogada	Legumes ao forno	Farofa de Ovos / Couve / Laranja	Macarrão parafuso ao Alho e Óleo	Polenta c/ Queijo	
<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Arroz int. + Arroz bco / Feijão fradinho	Arroz int. / Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	
<b>ÁGUA SABORIZADA</b>	Melancia	Abacaxi + Hortelã	Abacaxi	Laranja	Limão + Laranja	
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Estação	Gelatina	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Gelatina	
	<b>Cardápio Sujeito a Mudanças</b>					

## CARDÁPIO FEVEREIRO 2025

DATA	10/02/2025 (Segunda-feira)	11/02/2025 (Terça-feira)	12/02/2025 (Quarta-feira)	13/02/2025 (Quinta-feira)	14/02/2025 (Sexta-feira)
<b>SALADA</b>	Alface + Tomate / Salada de Chuchu	Alface + Ora-pro-nóbis / Abobrinha grelhada	Alface + Tomate cereja / Vinagrete de Repolho	Alface crespa + Gergelim preto / Salada de Tomate + Pepino	Salada de Couve / Tomate + Manjerição /
<b>PROTEÍNA A</b>	Almondegas de Carne	Parmegiana de Carne	Feijoada (Carne seca + Paio)	Lagarto recheado c/ Cenoura	Bife acebolado
<b>PROTEÍNA B</b>	Almondegas de Frango	Parmegiana de Frango	Filé de Frango grelhado c/ Molho de Ervas finas	Iscas de Filé de Frango empanado assado / Molho de Beterraba	Filé de Tilápia grelhado
<b>OVOS</b>	Ovos mexidos c/ Gergelim branco	Panqueca de ovos	Omelete c/ painço	Omelete c/ queijo	Ovos mexidos
<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Espaguete	Batata rustica assada	Farofa de banana / Couve / Torresminho / Laranja	Legumes assados	Purê de Abóbora
<b>ACOMPANHAMENTO</b>	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
<b>ÁGUA SABORIZADA</b>	Hortelã	Laranja Lima	Laranja	Melancia	Limão
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Estação	Gelatina	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Gelatina
		<b>Cardápio Sujeito a Mudanças</b>			

## CARDÁPIO FEVEREIRO 2025

DATA	17/02/2025 (Segunda-feira)	18/02/2025 (Terça- feira)	19/02/2025 (Quarta-feira)	20/02/2025 (Quinta-feira)	21/02/2025 (Sexta- feira)
<b>SALADA</b>	Alface + Agrião / Salada de Beterraba	Almeirão + Alface / Tabouli	Alface + Cebola roxa / Vinagrete de Tomate	Alface + Hortelã / Salada de Batata	Alface + Tomate / Pepino + Lentilha
<b>PROTEÍNA A</b>	Bisteca Suína	Estrogonoffe de Carne	Feijoada (Carne seca + Linguiça calabresa)	Carne Moida c/ Vagem	Iscas de Carne empanada (assada)
<b>PROTEÍNA B</b>	Filé de Frango grelhado	Estrogonoffe de Frango	Carne moída de Frango	Sobrecoxa desossada assada	Nuggets de Frango saudável
<b>OVOS</b>	Ovos na chapa	Ovos cozidos	Ovos mexidos c/ Bacon	Panqueca de Ovos c/ Orégano	Ovos mexidos c/ Quinoa
<b>GUARNIÇÃO</b>	Virado à Paulista (Linguíça / Couve / Banana assada)	Batata frita (Air Fryer)	Farofa de Banana / Couve / Torresminho / Laranja	Batata doce assada c/ Alecrim	Molho de Beterraba / Legumes sauté
<b>ACOMPANHA- MENTO</b>	Arroz bco / Arroz integral / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz int. / Arroz bco / Feijão carioca
<b>ÁGUA SABORIZADA</b>	Canela	Manga	Maçã	Laranja	Hortelã
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Estação	Gelatina	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Gelatina

**Cardápio Sujeito a Mudanças**

## CARDÁPIO FEVEREIRO 2025

DATA	24/02/2025 (Segunda-feira)	25/02/2025 (Terça-feira)	26/02/2025 (Quarta-feira)	27/02/2025 (Quinta-feira)	28/02/2025 (Sexta-feira)
<b>SALADA</b>	Alface + Acelga / Tomate + Orégano	Salada de Batata / Alface + Tomate	Mix folhas verdes / Vinagrete de Tomate	Salada de Alface + Chia / Repolho verde + Repolho roxo	Alface crespas + Acelga / Trigo + Tomate
<b>PROTEÍNA A</b>	Hamburguer c/ Chia	Espetinho de Carne	Feijoada (Carne seca + Linguiça calabresa)	Carne de panela	Quibe recheado c/ Queijo
<b>PROTEÍNA B</b>	Frango no molho	Espetinho de Frango	Frango à pizzaiolo	Frango assado	Iscas de Frango
<b>OVOS</b>	Ovos mexidos c/ Gergelim bco	Maionese de Ovos	Omelete de Queijo	Ovos fritos no Molho de Tomate	Ovo cozido
<b>GUARNIÇÃO</b>	Batata assada	Farofa de Açafrão e Bacon	Farofa de Banana / Couve / Torresminho / Laranja	Polenta palito assada	Molho de Beterraba / Coalhada
<b>ACOMPANHA- MENTO</b>	Arroz int. + Arroz bco + Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco / Feijão carioca	Arroz bco e Feijão carioca	Arroz int. + Arroz bco / Feijão carioca
<b>ÁGUA SABORIZADA</b>	Melancia	Pepino + Laranja	Maçã + Canela	Laranja	Limão
<b>SOBREMESA</b>	Laranja	Gelatina	Banana	Gelatina	Banana
<b>Cardápio Sujeito a Mudanças</b>					