

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 02/10/2023 (SEGUNDA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: ISCAS BOVINA AO MOLHO SHOYU, SUINO ACEBOLADO, ROCAMBOLE DE SOJA, ALFACE, BETERRABA, TOMATE, BATATA CREMOSA, CUSCUZ, BAIÃO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE ACEROLA, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	SUINO	BATATA INGLESA / SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	MASSA DE MILHO	ALFACE	BATATA INGLESA
	SHOYU	CEBOLA	CENOURA	Alho	Alho		CHEIRO VERDE	BETERRABA	QUEIJO
	CEBOLA	SAL	MILHO VERDE	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CEBOLA	TOMATE	FARINHA DE TRIGO
	SAL/ALHO	ERVAS FINAS	ERVILHA / AZEITONA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	MARGARINA		LEITE
	MOLHO INGLES		TOMATE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			MARGARINA
	GENGIBRE		CHEIRO VERDE	Feijão de corda		SAL			
	AÇUCAR		OVOS	Cheiro verde					
	COENTRO/CEBOLINHA		MARGARINA						
			FARINHA DE TRIGO						
			CATCHUP						
			MAIONESE						

JANTAR

Cardápio ESCONDIDINHO DE CARNE DE SOL, CUBOS DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE, SOPA DE VERDURAS E CARNE DE SOL, BOLINHO DE BATATA COM QUEIJO, SOUFLÊ DE CHUCHU, ACELGA, CENOURA, TOMATE, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE CAJA, BANANA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	SOPA	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA COZIDA	SALADA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	PEITO DE FRANGO	Batata inglesa	Arroz Parabolizado	BATATA INGLESA	Arroz Integral	Feijão de corda	MACARRÃO ESPAGUETE	Chuchu	ACELGA
	MACAXEIRA	TOMATE	QUEIJO	Alho	CHUCHU	Alho		ALHO	Leite	CENOURA
	CEBOLA BRANCA	EXTRATO DE TOMATE	CHEIRO VERDE	Cebola	CENOURA	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ÓLEO	FARINHA DE TRIGO	TOMATE
	CEBOLA ROXA	MANJERICÃO	ÓLEO DE SOJA	Óleo de Soja	CEBOLA PICADA	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	CHEIRO VERDE	Queijo ralado	
	LEITE	CEBOLA		Sal	CHEIRO VERDE	Sal	ÓLEO DE SOJA		Claras em neve	
	MARGARINA	ALHO			TOMATE		SAL		Gemas	
					CARNE BOVINA		QUIABO			
							ABOBORA			

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 03/10/2023 (TERÇA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: BIFE ACEBOLADO, FRANGO A MILANESA, LASANHA DE BANANA, REFOGADO DE REPOLHO, CENOURA COZIDA AO CONFIT DE ERVAS, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE MANGA, MELÃO.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: CARNE AO BOURGUINON, FRANGO CROCANTE, SOPA DE FEIJÃO, ESTROGONOFÉ DE SOJA, PURÊ DE BATATA, REPOLHO ROXO, CENOURA, MAÇÃ, MACARRÃO ESPAGUETE, BAIÃO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE GOIABA, MAMÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	Coxa e sobre coxa	COXÃO MOLE	Feijão carioca	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão carioca	MACARRÃO ESPAGUETE	TOMATE	BATATA INGLESA
	Tempero pronto	TEMPERO PRONTO	Folhas de louro	SAL, ALECRIN, NOS MOSCADA, PIMENTA DO REINO, FOLHA DE LOURO, OREGANO, RASPA DE LIMÃO	Alho	Alho	QUIABO/MAXIXE	ÓLEO DE SOJA	CEBOLA	MARGARINA
	Caldo de galinha	CEBOLA/ALHO	Linguiça calabresa	FARINHA DE TRIGO	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	PIMENTÃO	ORÉGANO
	MASSA DE MILHO	Extrato de tomate	Cebola/alho	MARGARINA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA			
		VINHO	Caldo de carne	LEITE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
		SALSÃO	Pimenta do reino	CATCHUP	FEIJÃO DE CORDA		SAL			
		SALSINHA	Salsa/cebolinha	MOSTARDA	CHEIRO VERDE					
		MANJERICÃO	Óleo	VINHO						
				CEBOLA / ALHO						

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 04/10/2023 (QUARTA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: FEIJOADA À BRASILEIRA, FRANGO A DELICIA, BOLINHA DE MACAXEIRA COM QUEIJO, ALFACE, CENOURA, TOMATE E MANGA,MACAXEIRA AO FORNO, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE GOIABA, LARANJA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	Feijão preto	PEITO DE FRANGO	MACAXEIRA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	Farinha de mandioca	alface	MACAXEIRA
	Pé suíno/ costelinha suína/linguiça mista/ linguiça calabresa, carne seca.	TEMPERO PRONTO	QUEIJO	Alho	Alho	ABOBORA	Óleo de soja	cenoura	Margarina
	Folha de louro	Farinha de trigo	FARINHA DE ROSCA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Sal	Tomate	QUEIJO
		FARINHA DE ROSCA							
		Margarina	LEITE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Cheiro verde	Manga	CHEIRO VERDE (PARA DECORAR)
	Cheiro verde /alho	Leite	OVOS	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
		Tomate				SAL			
		Pimentão							
		Cebola							
		Banana							
		Noz-moscada							
		Ovos							

JANTAR

Cardápio: CREME DE FRANGO, ISCA À CHINESA, CANJA DE GALINHA , BRÓCLIS EMPANDO, BATATA DOCE NA MANTEIGA, ALFACE CRESPA, CENOURA E TOMATE, CUSCUZ, ARROZ COM ERVILHA, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE CAJÁ, MAÇÃ, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	PEITO DE FRANGO	COXÃO MOLE	PEITO DE FRANGO	BRÓCOLIS	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão corda	MASSA DE MILHO	ALFACE CRESPA	BATATA DOCE
	SAL, ALECRIN, NOS MOSCADA, PIMENTA DO REINO, FOLHA DE LOURO, OREGANO, RASPA DE LIMÃO	SHOYU	ARROZ	LEITE	Alho	Alho	MACAXEIRA	CEBOLA	beterraba	MANTEIGA
	FARINHA DE TRIGO	COUVE FLOR	CENOURA	FARINHA DE ROSCA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Cheiro verde	TOMATE	CHEIRO VERDE
	LEITE	CENOURA	CEBOLA	OVOS	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA			
	MARGARINA	CEBOLA BRANCA	CHIERO VERDE		Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	CRAVO DA INDIA	REPOLHO	TOMATE		ERVILHA		SAL			
	MILHO									
	ERVILHA									
	COENTRO/CEBOLINHA									
	COLORAU									

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 05/10/2023 (QUINTA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: ESTROGONOFF DE CARNE, PEITO DE FRANGO AO SHOYU, HAMBURGUER DE SOJA, ALFACE, CENOURA, TOMATE, MANGA, CHUCHU AO MOLHO BRANCO, MACARRÃO PARAFUSO, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE CAJU, MAMÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO DURO	PEITO DE FRANGO	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CORDA	MacarrãoPARAFUSO	Acelga	CHUCHU
	MOLHO DE TOMATE/ EXTRATO	CALDO DE GALINHA	CEBOLA	Alho	Alho	QUIABO/MAXIXE	Óleo de soja	pepino	FARINHA DE TRIGO
	ERVAS	TEMPERO PRONTO	SAL	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Cheiro verde	Tomate	MARGARINA
	LEITE	CEBOLA BRANCA	ALECRIN	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	SAL	melão	LEITE
	FARINHA DE TRIGO	SHOYU	MANJERICÃO	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	MOSTARDA/ KETCHUP	CEBOLA ROXA				SAL			
	MARGARINA								

JANTAR

CARDÁPIO: PANQUECA DE CARNE, SUÍNO AO MOLHO BARBECUE, SOPA DE CARNE COM LEGUMES, ROCAMBOLE DE LEGUMES, CENOURA COM VAGEM, ALFACE, BETERRABA, PEPINO, LARANJA, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO PRETO, SUCO DE ACEROLA, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	Carne moída	PERNIL SUÍNO	CARNE BOVINA	BATATA INGLESA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	FeijãoPRETO	Farinha de mandioca	ALFACE	CENOURA
	Farinha de trigo	TEMPERO PRONTO	BATATA INGLESA	CENOURA	Alho	Alho		Óleo de soja	beterraba	VAGEM
	Leite	CEBOLA BRANCA	MACARRÃO	MILHO VERDE	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO		Pepino	AZEITE
	Orégano	VINHO BRANCO	CENOURA	ERVILHA / AZEITONA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Coentro/cebolinha	LARANJA	CEBOLA
	Tempero verde	MOLHO BARBECUE	CHUCHU	TOMATE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	SAL		
	Extrato de tomate			CHEIRO VERDE			SAL			
	Margarina			OVOS						
	Tempero seco			MARGARINA						
				FARINHA DE TRIGO						
				CATCHUP						
				MAIONESE						

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 06/10/2023 (SEXTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: PEIXE FRITO AO MOLHO TÁRTARO, LASANHA DE FRANGO, TORTA DE SOJA COM LEGUMES, ACELGA, CENOURA, PEPINO, LARANJA, BETERRABA COM MAIONESE, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE CAJU, BANANA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	FILÉ DE PEIXE	PEITO DE FRANGO	Azeitonas	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	Farinha de mandioca	ACELGA	BETERRABA
	TEMPERO PRONTO	Caldo de carne / tempero pronto	SOJA	Alho	Alho	ABOBORA	Óleo de soja s	CENOURA	MAIONESE
	FARINHA DE TRIGO/LEITE/MARGARINA	Macarrão para lasanha	Farinha de trigo	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Sal	PEPINO	CHEIRO VERDE
	SUCO DE LIMÃO	Queijo mussarela	Leite	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Cheiro verde	LARANJA	
	CEBOLINHA	Presunto	Queijo ralado	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	MOSTARDA	Leite	Cebola/tomate /milho verde /ervilha			SAL			
	CEBOLA	Farinha de trigo	Cenoura			Quiabo			
	OLEO DE SOJA	Margarina	Cheiro verde						
	PEPINO	Molho de tomate	Brócolis						
	VINAGRE	Extrato de tomate	Couve flor						
		Manjericão	BATATA INGLESA						

JANTAR

Cardápio: CUBOS BOVINOS ACEBOLADO, MOQUECA DE PEIXE, SOPA DE FRANGO, BOBÓ DE GRÃO DE BICO, ABOBORA GRATINADA, ALFACE, CENOURA, TOMATE, E MILHO, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE MANGA, MELÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	FILÉ DE PEIXE	Batata inglesa PEITO DE FRANGO	GRÃO DE BICO	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	MACARRÃO ESPAGUETE	ALFACE	ABOBORA
	TEMPERO PRONTO	ALHO AMASSADO	Caldo de galinha	MACAXEIRA	Alho	Alho	MACAXEIRA /MAXIXE	CHEIRO VERDDE	CENOURA	QUEIJO
	SHOYU	AZEITE EXTRA VIRGEM	Batata inglesa	ALHO	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ÓLEO DE SOJA	TOMATE	AZEITE
	CEBOLA BRANCA	AZEITE DE DENDÊ	Cenoura	CEBOLA GENGIBRE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA		MILHO	
	CEBOLA ROXA	CEBOLA BRANCA	Chuchu	TOMATE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
		LEITE DE COCO	Peito de frango	CHEIRO VERDE			SAL			
		PIMENTÃO	Cheiro verde	LEITE DE COCO						
		TOMATE	Cebola	PIMENTÃO						
		CHEIRO VERDE		AZEITE DE DENDÊ						

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 09/10/2023 (SEGUNDA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: CUBOS BOVINOS AO MOLHO MADEIRA, FRANGO ASSADO COM CEBOLAS CAMELIZADAS, HAMBURGUER DE SOJA, ABOBORA GRATINADA, ACELGA, BETERRABA, PEPINO, MANGA E TOMATE, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, CAJU, MAMÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	COXA E SOBRE	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão DE CORDA	MACARRÃO ESPAGUETE	ACELGA	ABOBORA
	CEBOLA ROXA	TEMPERO PRONTO	FARINHA DE ROSCA	Alho	Alho	ABOBORA/MACAXEIRA	CHEIRO VERDE	BETERRABA	QUEIJO
	CEBOLA BRANCA	CEBOLA	CHEIRO VERDE	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ÓLEO DE SOJA	PEPINO	AZEITE
	FARINHA DE TRIGO	AÇÚCAR	AZEITE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	ALHO	MANGA	
	SHOYU	SHOYU	ÓLEO DE SOJA	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA		TOMATE	
	MARGARINA		CEBOLA/ALHO			SAL			
	VINHO								
	CENOURA								

JANTAR

Cardápio: ASSADO DE PANELA, PEITO DE FRANGO AO MOLHO BRANCO, CANJA DE GALINHA, ESTROGONOFÉ DE SOJA , BETERRABA COM MILHO VERDE, ALFACE, TOMATE, PEPINO, RABANETES, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO PRETO, SUCO DE ACEROLA, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	SOPA	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA COZIDA	SALADA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	Peito de frango	SOJA	Arroz Parabolizado	PEITO DE FRANGO	Arroz Integral	Feijão PRETO	FARINHA DE MANDIOCA	BETERRABA	ALFACE
	TEMPERO PRONTO	Caldo de galinha/tempero pronto	SAL, ALECRIN, NOS MOSCADA, PIMENTA DO REINO, FOLHA DE LOURO, OREGANO, RASPA DE LIMÃO	Alho	ARROZ	Alho	MACAXEIRA / QUIABO		MILHO	TOMATE
	CEBOLA BRANCA	CEBOLA BRANCA	FARINHA DE TRIGO	Cebola	CENOURA	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CEBOLA	AZEITE	PEPINO
	CEBOLA ROXA	ALHO	MARGARINA	Óleo de Soja	CEBOLA PICADA	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Coentro/cebolinha		RABANETES
		FARINHA DE TRIGO	LEITE	Sal	CHEIRO VERDE	Sal	ÓLEO DE SOJA	SAL		
		MARGARINA	CATCHUP		TOMATE		SAL			
		LEITE	MOSTARDA							
			VINHO							
			CEBOLA / ALHO							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 10/10/2023 (TERÇA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: ESCONDIDINHO DE CARNE DE SOL, CUBOS DEFRANGO AO MOLHO POMODORO, PANQUECA DE SOJA , CENOURA SAUTÉ, VINAGRETE, CUSCUZ, BAIÃO COM QUEIJO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE GOIABA, BANANA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: FRANGO ASSADO, SUINO AO MOLHO BARBECUE, SOPA DE CARNE, PARMEGIANA DE SOJA, BATATA DOCE COM QUEIJO, MACARRÃO PARAFUSO, ACELGA, TOMATE, CENOURA, MANGA, ARROZ À GREGA, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CARIOCA, SUCO DE MANGA, MELÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	SUINO	COXAS E SOBRECOXAS	CARNE BOVINA	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CORDA	MACARRÃO PARAFUSO	ACELGA	BATATA DOCE
	TEMPERO PRONTO	TEMPERO PRONTO	MACARRÃO	VINAGRE/LIMÃO	Alho	Alho	MACAXEIRA ABOBORA	SAL	TOMATE	QUEIJO
	SHOYU		CENOURA	QUEIJO	Cebola	Cebola/CH EIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	CENOURA	SAL
	VINAGRE		BATATA INGLESA	MOLHO DE TOMATE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA		MANGA	
	CATCHUP		CHUCHU	MANJERICÃO	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	MOSTARDA		SAL		PRESUNTO		SAL			
	AÇUCAR		CEBOLA		ERVILHAS					
			ALHO		CENOURA					
			CHEIRO VERDE							
			COLORAU							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 11/10/2023 (QUARTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: FEIJOADA À BRASILEIRA, FRANGO XADREZ, ABOBRINHA A PARMEGINA, BATATA AO FORNO, ALFACE, CENOURA, BETERRABA ,ABACAXI, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE CAJÁ, LARANJA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: BIFE AO MOLHO, PARMEGIANA DE FRANGO, SOPA DE LEGUMES COM FRANGO, JARDINEIRA DE SOJA, ABOBORA NA MANTEIGA, CUSCUZ, REPOLHO, TOMATE, CEBOLA ROXA, E AZEITONA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE GOIABA, ABACAXI, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	PEITO DE FRANGO	PEITO DE FRANGO	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CORDA	MASSA DE MILHO	REPOLHO	ABOBORA
	TEMPERO PRONTO	TEMPERO PRONTO	MACARRÃO	BATATA INGLESA	Alho	Alho	MACAXEIRA	SAL	CEBOLA ROXA	MANTEIGA/MARGARINA
	CEBOLA	CEBOLA BRANCA	BATATA INGLESA	CENOURA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	AZEITONA	COENTRO
	EXTRATO DE TOMATE	MOLHO DE TOMATE	CENOURA	CHUCHU	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	MARGARINA	TOMATE	CEBOLINHA
	ALHO	LEITE, OVO QUEIJO	CHUCHU	CEBOLA/ALHO	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			MILHO
	TOMATE	MANJERICÃO	ALHO	CHEIRO VERDE			SAL			
		ALECRIM	CEBOLA							
		ACUCAR	COLORAU							
		TOMATE								
		FARINHA DE ROSCA E FARINHA DE TRIGO								

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 12/10/2023 (QUINTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: VATAPÁ DE FRANGO, CHURRASCO MISTO, BOLINHA DE BATATA COM QUEIJO, MACAXEIRA FRITA, VINAGRETE, FAROFA, BAIÃO COM QUEIJO, ARROS INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE ACEROLA, MELANCIA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: SUÍNO AO MOLHO BARBECUE, CUBOS BOVINO AO SHOYU, SOPA DE FEIJÃO , TORTA DE SOJA COM LEGUMES, MAIONESA DE CENOURA, VINAGRETE DE REPOLHO, FAROFA, ARROZBRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CARIOCA, SUCO DE CAJU, MAÇÃ, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO DURO	PALTEA SUÍNA	FEIJOA	BATATA INGLESA, CENOURA, COUVE FLOR, BRÓCOLIS.	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	FAROFA	REPOLHO	CENOURA
	SHOYU	TEMPERO PRONTO	MACARRÃO	CEBOLA/ALHO /COENTRO/CE BOLINHA	Alho	Alho	MACAXEIRA ABOBORA	SAL	TOMATE	OLEO DE SOJA
	GENGIBRE	BARBECUE	BACON	MANJERICÃO/ ALECRIM, SALSÃO, ALHO PORÓ	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ALHO	CEBOLA	LEITE
	ACUCAR		CALABRESA	SOJA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	COENTRO		ALHO
	SAL		CHEIRO VERDE	LEITE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	CEBOLINHA	VINAGRE	VINAGRE
	ALHO		CEBOLA	FARINHA DE TRIGO			SAL		AZEITE	
			ALHO	MARGARINA					SAL	
				EXTRATO DE TOMATE						
				TOMATE						
				MILHO E ERVILHA						

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 13/10/2023 (SEXTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: PEIXE FRITO, PICADO DE CARNE COM LEGUMES, LASANHA DE BROCOLIS, BETERRABA AO VINAGRETE, ALFACE, TOMATE E CEBOLA ROXA, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CARIOCA, SUCO DE MANGA, MELÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIEFILNTES	FILÉ DE PEIXE	COXÃO DURO	Macarrão para lasanha	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	FARINHA DE MANDIOCA	ALFACE	BETERRABA
	OLEO DE SOJA	CENOURA	Queijo mussarela	Alho	Alho	MACAXEIRA/QUAIBO	Óleo de soja	TOMATE	TOMATE
	FARINHA DE ROSCA	BATATA INGLESIA	BROCLIS	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Sal / ALHO	CEBOLA ROXA	CEBOLA
	FARINHA DE TRIGO	SAL/ALHO	Leite	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Cheiro verde		
	OVOS	FARINHA DE TRIGO	Farinha de trigo	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			VINAGRE
	LEITE	MARGARINA	Margarina			SAL			AZEITE
	MARGARINA	VINHO							SAL

JANTAR

Cardápio: ISCAS DE CARNE ACEBOLADA, PEIXE FRITO AO MOLHO BECHAMEL, SOPA DE CARNE COM LEGUMES, HAMBURGUER DE SOJA, CHUCHU AO MOLHO BRANCO, ALFACE, TOMATE, ERVILHA E MILHO, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE PRETO, SUCO DE CAJÁ, BANANA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	CONTRAFILÉ	FILÉ DE PEIXE	MACARRÃO	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão PRETO	MACARRÃO ESPAGUETE	ALFACE	CHUCHU
	CEBOLA	OLEO DE SOJA	CENOURA	CEBOLA/ALHO	Alho	Alho		SAL	TOMATE	LEITE
	SHOYU	FARINHA DE ROSCA	BATATA INGLESA	CHEIRO VERDE	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ALHO	ERVILHA	FARINHA DE TRIGO
	SAL	FARINHA DE TRIGO	COXÃO MOLE		Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	COENTRO	MILHO	MARGARINA
	ALHO	OVOS	CEBOLA		Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	CEBOLINHA		QUEIJO
	AZEITE	LEITE	COENTRO				SAL			
	ERVAS	MARGARINA	CEBOLINHA							
		NOS MOSCADA	ALHO/SAL							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data 16/10/2023 (SEGUNDA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: ASSADO DE PANELA, SUINO COM CRISPY DE CENOURA, LASANHA DE BANANA, ALFACE, CENOURA, PALMITO E TOMATE, BETERRABA E CEBOLA, FAROFA, ARROZ À GREGA, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE ACEROLA, MAÇÃ, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: POLPETONE AO SUGO, FRANGO ACEBOLADO, SOPA DE VERDURAS COM CARNE DE SOL, ROCAMBOLE DE SOJA, PURÊ DE MACAXEIRA, ACELGA, CENOURA, TOMATE E MANGA, FAROFA, ARROZ COM ERVILHA, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE CAJU, MAMÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	SOPA	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA COZIDA	SALADA
INGREDIENTES	CARNE MOIDA	PEITO DE FRANGO	BATATA INGLESA / SOJA	Arroz Parabolizado	Batata inglesa	Arroz Integral	FEIJÃO DE CORDA	FARINHA DE MANDIOCA	MACAXEIRA	ACELGA
	QUEIJO	TEMPERO PRONTO	CENOURA	Alho	Cenoura	Alho	CEBOLA/ALHO	CHEIRO VERDE	LEITE	MANGA
	MOLHO DE TOMATE	CEBOLA BRANCA	MILHO VERDE	Cebola		Cebola/CHEIRO VERDE	CHEIRO VERDE	Sal	MARGARINA	CENOURA
	TOMATE		ERVILHA / AZEITONA	Óleo de Soja	CHUCHU	AZEITE DE OLIVA	ÓLEO DE SOJA	ÓLEO DE SOJA	SAL	TOMATE
	MANJERICÃO		TOMATE	Sal	Alho/ cebola e sal	Sal	ABOBORA	CEBOLA BRANCA		
	AZEITE		CHEIRO VERDE	ERVILHA	Coentro					
	FARINHA DE TRIGO		OVOS		Caldo de galinha					
	MARGARINA		MARGARINA		Macarrão					
			FARINHA DE TRIGO		Carne de sol					
			CATCHUP							
			MAIONESE							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 17/10/2023 (TERÇA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: BIFE AO MOLHO, CUBOS DE FRANGO AO CONFIT DE TOMATE, BOLINHA DE BATATA COM QUEIJO, ACELGA, TOMATE, BETERRABA, BATATA DOCE, CUSCUZ, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE MANGA, MELANCIA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: ISCA BOVINA AO SHOYU, FRANGO ASSADO COM BATATAS, SOPA DE FEIJÃO, ABOBRINHA À PARMEGIANA, CHUCHU AO MOLHO BRANCO, MIX DE FOLHAS, MACARRÃO PARAFUSO, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO PRETO, SUCO DE GOIABA, BANANA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍN A 1	PROTEÍN A 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	COXA E SOBRE COXA	Feijão carioca	ABOBRINHA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	FEIJÃO PRETO	MACARRÃO PARAFUSO	ALFACE	CHUCHU
	TEMPERO PRONTO	TEMPERO PRONTO	CALABRESA	EXTRATO DE TOMATE	Alho	Alho	COENTRO/CEBOLINHA	CHEIRO VERDE	CENOURA	FARINHA DE TRIGO
	CALDO DE CARNE	BATATA INGLESA		QUEJOMUSSARELA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	SAL	ALHO / CEBOLA	TOMATES FATIADOS	MARGARINA
	CEBOLA ROXA		Cebola/alho	FARINHA DE ROSCA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	ÓLEO DE SOJA		ACELGA	CEBOLA
	CEBOLA BRANCA		Caldo de carne		Sal	Sal			REPOLHO BRANCO	
	SHOYU		Pimenta do reino							
			Salsa/cebolinha							
			Óleo							
			Folhas de louro							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 18/10/2023 (QUARTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: FEIJOADA À BRASILEIRA, ESTROGONOFE DE FRANGO, PANQUECA DE SOJA, ALFACE, CENOURA, TOMATE E MAÇÃ, BATATA SAUTÉ, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE ACEROLA, LARANJA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: ESCONDIDINHO DE CARNE DE SOL, FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO, SOPA DE FRANGO, ESTROGONOFÉ DE SOJA, BETERRABA TROPICAL, CUSCUZ, ACELGA, TOMATE, MAÇÃ, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE MANGA, MELÃO JAPONÊS, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	CARNE DE SOL	PEITO DE FRANGO	PEITO DE FRANGO	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CORDA	MASSA DE MILHO		BETERRABA
	TEMPERO PRONTO	CALDO DE GALINHA	BATATA INGLESA	SAL, ALECRIN, NOS MOSCADA, PIMENTA DO REINO, FOLHA DE LOURO, OREGANO, RASPA DE LIMÃO	Alho	Alho	MACAXEIRA	SAL	ACELGA	ERVILHA
	CEBOLA BRANCA	TEMPERO PRONTO	CENOURA	FARINHA DE TRIGO	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	TOMATE	MILHO
	CEBOLA ROXA	CEBOLA BRANCA	CHUCHU	MARGARINA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	MARGARINA	MAÇÃ	PASSAS
	MACAXEIRA		CEBOLA	LEITE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	MARGARINA		ALHO	CATCHUP			SAL			
	LEITE		CHEIRO VERDE	MOSTARDA						
			MACARRÃO	VINHO						
				CEBOLA / ALHO						

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 19/10/2023 (QUINTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: CARNE DE PANELA, FRANGO AO MOLHO BRANCO, TORTA DE SOJA COM LEGUMES, VINAGRETE, MACAXEIRA COZIDA, FAROFA, BAIÃO COM QUEIJO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE CAJU, MELÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	Peito de frango	BATATA INGLESA, CENOURA, COUVE FLOR, BRÓCOLIS.	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão DE CORDA	FARINHA DE MANDIOCA	TOMATE	MACAXEIRA
	TEMPERO PRONTO	Caldo de galinha/ tempero pronto	CEBOLA/ALHO/COENTRO/CEBOLINHA	Alho	Alho		ÓLEO DE SOJA	CEBOLA	SAL
	CEBOLA BRANCA	CEBOLA BRANCA	MANJERICÃO/ ALECRIM, SALSÃO, ALHO PORÓ	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CEBOLA /ALHO	PIMENTÃO	CHEIRO VERDE
	CEBOLA ROXA	ALHO	SOJA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	CHEIRO VERDE	VINAGRE	MARGARINA
	PIMENTÃO	FARINHA DE TRIGO	LEITE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA		SAL	
		MARGARINA	FARINHA DE TRIGO	FEIJÃO DE CORDA		SAL		AZEITE	
		LEITE	MARGARINA	CHEIRO VERDE					
			EXTRATO DE TOMATE	QUEIJO					
			TOMATE						
		MILHO E ERVILHA							

JANTAR

Cardápio: ISCA AO MOLHO MADEIRA, SUÍNO AO CONFIT DE ERVAS, SOPA DE CARNE COM LEGUMES, CROQUETE, MAIONESE DE BATATA, ALFACE, TOMATE, ABACAXI, CEBOLA ROXA, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE ACEROLA, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	PERNIL SUÍNO	BATATA INGLESA	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	FEIJÃO CARIOCA	FARINHA DE MANDIOCA	ALFACE	BATATA INGLESA
	FARINHA DE TRIGO	ERVAS	CENOURA	FARINHA DE TRIGO	Alho	Alho	Cebola/ALHO	ÓLEO DE SOJA	TOMATE	MAIONESE
	MARGARINA	AZEITE	CEBOLA	MANTEIGA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	COENTRO/CEBOLINHA	CEBOLA	ABACAXI	SAL
	LEITE	MANTEIGA	CHEIRO VERDE	ERVAS FINA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	ÓLEO DE SOJA	ALHO	CEBOLA ROXA	SALSINHA
	SHOYU	LIMÃO	MACARRÃO		Sal	Sal	SAL	CHEIRO VERDE		
	MOLHO INGLÊS	VINAGRE	CARNE BOVINA				ABOBORA			
	CEBOLA	VINHO BRANCO	CHUCHU							
	SALSÃO									
	SALSINHA									
	ALECRIN									

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 20/10/2023 (SEXTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: MOQUECA DE PEIXE, ISCA DE FRANGO A MILANESA, LASANHA DE SOJA, ACELGA, TOMATE, PEPINO E MANGA, CENOURA, VARGEM E ERVILHA, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE GOIABA, BANANA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	FILÉ DE PEIXE	Peito de frango	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	FeijãoDE CORDA	MACARRÃO ESPAGUETE	ACELGA	BATATA DOCE
	ALHO AMASSADO	Caldo de galinha / tempero pronto	MASSA PARA LASANHA	Alho	Alho		CHEIRO VERDE	TOMATE	AZEITE
	AZEITE EXTRA VIRGEM	LEITE	FARINHA DE TRIGO	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ÓLEO DE SOJA	PEPINO	CEBOLINHA
	AZEITE DE DENDÊ	FARINHA DE ROSCA	LEITE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA		MANGA	
	CEBOLA BRANCA	FARINHA DE TRIGO	MARGARINA	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	LEITE DE COCO	OVOS	SAL			SAL			
	PIMENTÃO		QUEIJO						
	TOMATE								
	CHEIRO VERDE								

JANTAR

Cardápio: BIFE ACEBOLADO, PEIXE À DELICIA, CANJA DE GALINHA, BOLINHO DE BATATA RECHEADO COM QUEIJO, CENOURA COM MAIONESE DE SHOYU, REPOLHO BRANCO, BETERRABA E MILHO VERDE, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO PRETO, SUCO DE CAJÁ, MAÇÃ E DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	CONTRA FILÉ	FILÉ DE PEIXE	ARROZ	BATATA INGLESA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão PRETO	MACARRÃO ESPAGUETE	REPOLHO BRANCO	CENOURA
	SHOYU	TEMPERO PRONTO	PEITO DE FRANGO	QUEIJO MUSSARELA	Alho	Alho		ÓLEO DE SOJA	BETERRABA	SHOYU
	CEBOLA BRANCA	FARINHA DE TRIGO	CHEIRO VERDE	CHEIRO VERDE	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	MILHO VERDE	LEITE
	CEBOLA ROXA	LEITE	CENOURA		Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	SAL		OLEO
		MARGARINA	CALDO DE GALINHA		Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			VINAGRE
		CEBOLA	CEBOLA				SAL			
		ALHO	ALHO							
		BANANA								

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 23/10/2023 (SEGUNDA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: ISCA A CHINESA, LASANHA DE FRANGO, CENOURA COM MAIONESE DE SHOYU, ALMOMONDEGAS DE SOJA AO SUGO, ACELGA, BETERRABA, TOMATE, E MANGA, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE CAJU, MAMÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	Peito de frango	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	FARINHA DE MANDIOCA	ACELGA	CENOURA
	TEMPERO PRONTO	Caldo de galinha / tempero pronto	CEBOLA	Alho	Alho	ABOBORA	SAL	BETERRABA	CHEIRO VERDE
	SHOYU	Macarrão para lasanha	ALHO	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ÓLEO DE SOJA	TOMATE	SHOYU
	COUVE FLOR	Queijo mussarela	EXTRATO DE TOMATE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	CHEIRO VERDE	MANGA	LEITE
		Presunto		Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			VINAGRE
	CEBOLA BRANCA	Leite				SAL			OLEO
	REPOLHO	Creme de leite							
		Margarina							

JANTAR

Cardápio CUBOS BOVINO AO SUGO, SUINO ACEBOLADO, CANJA DE GALINHA, PANQUECA DE SOJA, BATATA DOCE, ALFACE, CENOURA, PEPINO, MILHO, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE ACEROLA, MAÇÃ, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	SOPA	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA COZIDA	SALADA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	SUINO	SOJA	Arroz Parabolizado	PEITO DE FRANGO	Arroz Integral	Feijão de corda	FARINHA DE MANDIOCA	MACAXEIRA	ALFACE
		CEBOLA BRANCA	Leite	Alho	ARROZ	Alho	MACAXEIRA/MAXIXE	SAL	LEITE	CENOURA
	CEBOLA BRANCA	CEBOLA ROXA	Ovos	Cebola	CENOURA	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ÓLEO DE SOJA	MARGARINA	PEPINO
	CEBOLA ROXA	ERVAS SECA	Farinha de trigo	Óleo de Soja	CEBOLA PICADA	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	CHEIRO VERDE	FARINHA DE TRIGO	MILHO
	TOMATE	SAL	Queijo ralado	Sal	CHEIRO VERDE	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	EXTRATO DE TOMATE	ALHO	Molho de tomate		TOMATE		SAL			
	MANJERICÃO		Alho, tomate, CEBOLA							
			Cheiro verde							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 24/10/2023 (TERÇA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: CARNE AO BOURGUINON, FRANGO ASSADO COM BATATA RÚSTICA, BOLINHA DE BATATA COM QUEIJO, VINAGRETE, PURÊ DE BATATAS, CUSCUZ, BAIÃO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE GOIABA, MELÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	COXA E SOBRE COXA	BATATA INGLESA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão corda	MASSA DE MILHO	TOMATE	BATATA INGLESA
	TEMPERO PRONTO	TEMPERO PRONTO	QUEIJO	Alho	Alho		MARGARINA	CEBOLA	MARGARINA
	CEBOLA/ALHO	BATATA INGLESA	FARINHA DE ROSCA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO		PIMENTÃO	SAL
	Extrato de tomate	ALECRIN	OVOS	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Coentro/cebolinha	VINAGRE	LEITE
	VINHO		LEITE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	SAL	SAL	
	SALSÃO			FEIJÃO DE CORDA		SAL		AZEITE	
	SALSINHA								
	MANJERICÃO								

JANTAR

Cardápio: ISCA BOVINA ACEBOLADA, CREME DE FRANGO, SOPA DE CARNE, COUVE FLOR GRATINADA AO MOLHO BRANCO, BATATA GRATINADA, ACELGA, BETERRABA E LARANJA, MACARRÃO PARAFUSO, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE MANGA, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	PEITO DE FRANGO	COXÃO MOLE	Macarrão	COUVE FLOR	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	FEIJÃO CARIOCA	MACARRÃO PARAFUSO	ACELGA	Batata inglesa
	SAL, ALECRIN, NOS MOSCADA, PIMENTA DO REINO, FOLHA DE LOURO, OREGANO, RASPA DE LIMÃO	TEMPERO PRONTO	Carne bovina	FARINHA DE TRIGO	Alho	Alho		ÓLEO DE SOJA	BETERRABA	QUEIJO
	FARINHA DE TRIGO	CEBOLA BRANCA	Caldo de carne	LEITE	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	LARANJA	CHEIRO VERDE
	LEITE		Batata inglesa /chuchu	MARGARINA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA			
	MARGARINA		Cenoura	FARINHA DE ROSCA	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	CRAVO DA INDIA		Cheiro verde				SAL			
	MILHO		Cebola							
	ERVILHA									
	COENTRO/CEBOLINHA									
	COLORAU									

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 25/10/2023 (QUARTA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: FEIJOADA À BRASILEIRA, PANQUECA DE FRANGO , LASANHA DE SOJA, GRATINADO DE CHUCHU, ACELGA, CENOURA E TOMATE, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE MANGA LARANJA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	Feijão preto	PEITO DE FRANGO	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	Farinha de mandioca	ACELGA	CHUCHU
	Pé suíno/ costelinha suína/linguiça mista/ linguiça calabresa, carne seca.	TEMPERO PRONTO	MASSA PARA LASANHA	Alho	Alho		Óleo de soja	CENOURA	QUEIJO
	Folha de louro	LEITE	FARINHA DE TRIGO	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Sal	TOMATE	CHEIRO VERDE
		OVOS	LEITE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Cheiro verde		
	Cheiro verde /alho	FARINHA DE TRIGO	MARGARINA	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
		MARGARINA	SAL			SAL			
			QUEIJO						

JANTAR

Cardápio: ALMONDEGAS AO SUGO, FRANGO ASSADO AO CONFIT DE ERVAS, SOPA DE LEGUMES COM FRANGO, BIFE DE SOJA AO MOLHO, BATATA DOCE, ALFACE, CENOURA, PIMENTÃO E TOMATE, PEPINO, QUEIJO, ATUM, PALMITO, CUSCUZ, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE CAJÁ, MAMÃO E DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIA NO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	Carne moída	COXA E SOBRE COXA	Macarrão	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão Corda	Massa de milho	ALFACE CRESPA	BATATA DOCE
	CEBOLA/ALHO/COENTRO/CEBOLINHA	AZEITE	Batata inglesa	EXTRATO DE TOMATE	Alho	Alho		Sal	CENOURA	MARGARINA
	MANJERICÃO/ ALECRIM, SALSÃO,	ALECRIM	Cenoura	TOMATE	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Cheiro verde	TOMATE	CEBOLINHA
	COLORAU	MANJERICÃO	Chuchu	CHEIRO VERDE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Margarina	PEPINO	
	QUEIJO	CEBOLA	Peito de frango	CEBOLA	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA		QUEIJO	
	FARINHA DE TRIGO	TOMATE	Caldo de carne	ALHO					ATUM	
	MARGARINA		Cebola	MANJERICÃO					PALMITO	
	EXTRATO DE TOMATE		Cheiro verde							
	TOMATE									

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 26/10/2023 (QUINTA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: ESCONDIDINHO DE CARNE DE SOL, SUÍNO AO MOLHO BARBECUE, CURRY DE GRÃO DE BICO E COUVE FLOR , CENOURA, ABOBRINHA, COENTRO E CEBOLINHA, REPOLHO BRANCO, BETERRABA E MANGA, MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE ACEROLA, BANANA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

CARDÁPIO: BIFE ACEBOLADO, ISCA DE FRANGO AO MOLHO, SOPA DE FEIJÃO, OMELETE, BETERRABA AO VINAGRETE, ACELGA, CENOURA, PEPIONO E ERVILHA, FAROFA, ARROZ À GREGA, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO PRETO, SUCO DE CAJU, ABACAXI, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES		Peito de frango	Macarrão	OVOS	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão PRETO	Farinha de mandioca	ACELGA	BETERRABA
	COXÃO MOLE	Tempero pronto	CHEIRO VERDE	SAL	Alho	Alho		Óleo de soja	CENOURA	TOMATE
	TEMPERO PRONTO	FARINHA DE TRIGO	FEIJÃO CARIOCA	BATATA, CENOURA, CHUCHU	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO		PEPINO	CEBOLA
	FARINHA DE ROSCA	EXTRATO DE TOMATE	CALABRESA	CEBOLA/ ALHO	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Coentro/cebolinha	ERVILHA	VINAGRE
	LEITE	ERVAS FINAS	SAL		Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	SAL		AZEITE
	OVOS	TOMATE	ALHO				SAL			
	FARINHA DE TRIGO									
	OLEO									

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 27/10/2023 (SEXTA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: PEIXE FRITO, FRANGO COM LEGUMES, ROCAMBOLE DE SOJA, BATATA CREMOSA, ALFACE, TOMATE, CENOURA, ABACAXI, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE CAJÁ, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	FILÉ DE PEIXE	PEITO DE FRANGO	BATATA INGLESA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	FARINHA DE MANDIOCA	ALFACE	BATATA INGLESA
	TEMPERO PRONTO	TEMPERO PRONTO	CENOURA	Alho	Alho	MACAXEIRA E ABOBORA	ÓLEO DE SOJA	TOMATE	LEITE
	FARINHA DE TRIGO	BATATAS	SOJA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	CENOURA	MARGARINA
	ÓLEO DE SOJA	CENOURA	ERVILHA / AZEITONA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	SAL	ABACAXI	QUEJIO
		CHEIRO VERDE	TOMATE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			FARINHA DE TRIGO
			CHEIRO VERDE			SAL			
			OVOS						
			MARGARINA						
			FARINHA DE TRIGO						
			CATCHUP						
			MAIONESE						

JANTAR

Cardápio: ASSADO DE PANELA, MOQUECA DE PEIXE, SOPA DE CARNE COM LEGUMES, BOLINHO DE MACAXEIRA COM QUEIJO, CENOURA SAUTÉ, ALFACE, TOMATE, PEPINO, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE GOIABA, MELÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	FILÉ DE PEIXE	Macarrão	MACAXEIRA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão DE CORDA	MACARRÃO ESPAGUETE	ALFACE	CENOURA
	PIMENTÃO	ALHO AMASSADO	Batata inglesa	QUEIJO	Alho	Alho	MAXIXE E QUIBO	Óleo de soja	TOMATE	ORÉGANO
	CEBOLA	AZEITE EXTRA VIRGEM	Cenoura	FARINHA DE ROSCA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	Sal	PEPINO	MARGARINA
	TOMATE	AZEITE DE DENDÊ	Chuchu	ÓLEO DE SOJA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA			
	CEBOLA ROXA	CEBOLA BRANCA	Carne bovina		Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	Cheiro verde		
		LEITE DE COCO	Caldo de carne				SAL			
		PIMENTÃO	Cebola							
		TOMATE	Cheiro verde							
		CHEIRO VERDE								

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 30/10/2023 (SEGUNDA-FEIRA)

ALMOÇO

Cardápio: CUBOS BOVINOS AO MOLHO MADEIRA, FRANGO ASSADO COM CEBOLAS CAMELIZADAS, HAMBURGUER DE LENTILHA , ABOBORA GRATINADA, ACELGA, BETERRABA, PEPINO, MANGA E TOMATE, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, CAJU, MAMÃO, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: ASSADO DE PANELA, PEITO DE FRANGO AO MOLHO BRANCO, CANJA DE GALINHA, ESTROGONOFÉ DE GRÃO DE BICO , BETERRABA COM MILHO VERDE, ALFACE, TOMATE, PEPINO, RABANETES, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO PRETO, SUCO DE ACEROLA, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	SOPA	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA COZIDA	SALADA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	Peito de frango	GRÃO DE BICO	Arroz Parabolizado	PEITO DE FRANGO	Arroz Integral	Feijão PRETO	FARINHA DE MANDIOCA	BETERRABA	ALFACE
	TEMPERO PRONTO	Caldo de galinha/tempero pronto	SAL, ALECRIN, NOS MOSCADA, PIMENTA DO REINO, FOLHA DE LOURO, OREGANO, RASPA DE LIMÃO	Alho	ARROZ	Alho	MACAXEIRA / QUIABO		MILHO	TOMATE
	CEBOLA BRANCA	CEBOLA BRANCA	FARINHA DE TRIGO	Cebola	CENOURA	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CEBOLA	AZEITE	PEPINO
	CEBOLA ROXA	ALHO	MARGARINA	Óleo de Soja	CEBOLA PICADA	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	Coentro/cebolinha		RABANETES
		FARINHA DE TRIGO	LEITE	Sal	CHEIRO VERDE	Sal	ÓLEO DE SOJA	SAL		
		MARGARINA	CATCHUP		TOMATE		SAL			
		LEITE	MOSTARDA							
			VINHO							
			CEBOLA / ALHO							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 31/10/2023 (TERÇA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: ESCONDIDINHO DE CARNE DE SOL, CUBOS DE FRANGO AO MOLHO POMODORO, PANQUECA DE SOJA , CENOURA SAUTÉ, VINAGRETE, CUSCUZ, BAIÃO COM QUEIJO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE GOIABA, BANANA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: FRANGO ASSADO, SUINO AO MOLHO BARBECUE, SOPA DE CARNE, PARMEGIANA DE SOJA, BATATA DOCE COM QUEIJO, MACARRÃO PARAFUSO, ACELGA, TOMATE, CENOURA, MANGA, ARROZ À GREGA, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CARIOCA, SUCO DE MANGA, MELÃO, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	SUINO	COXAS E SOBRECOXAS	CARNE BOVINA	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CORDA	MACARRÃO PARAFUSO	ACELGA	BATATA DOCE
	TEMPERO PRONTO	TEMPERO PRONTO	MACARRÃO	VINAGRE/LIMÃO	Alho	Alho	MACAXEIRA ABOBORA	SAL	TOMATE	QUEIJO
	SHOYU		CENOURA	QUEIJO	Cebola	Cebola/CHIEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	CENOURA	SAL
	VINAGRE		BATATA INGLESA	MOLHO DE TOMATE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA		MANGA	
	CATCHUP		CHUCHU	MANJERICÃO	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			
	MOSTARDA		SAL		PRESUNTO		SAL			
	AÇUCAR		CEBOLA		ERVILHAS					
			ALHO		CENOURA					
			CHEIRO VERDE							
			COLORAU							

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 01/11/2023 (QUARTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: FEIJOADA À BRASILEIRA, FRANGO XADREZ, ABOBRINHA A PARMEGINA, BATATA AO FORNO, ALFACE, CENOURA, BETERRABA, ABACAXI, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, SUCO DE CAJÁ, LARANJA, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: BIFE AO MOLHO, PARMEGIANA DE FRANGO, SOPA DE LEGUMES COM FRANGO, ALMONDEGAS DE LENTILHAS, ABOBORA NA MANTEIGA, CUSCUZ, REPOLHO, TOMATE, CEBOLA ROXA, E AZEITONA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE GOIABA, ABACAXI, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO MOLE	PEITO DE FRANGO	PEITO DE FRANGO	LENTILHA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CORDA	MASSA DE MILHO	REPOLHO	ABOBORA
	TEMPERO PRONTO	TEMPERO PRONTO	MACARRÃO	EXTRATO DE TOMATE	Alho	Alho	MACAXEIRA	SAL	CEBOLA ROXA	MANTEIGA/MARGARINA
	CEBOLA	CEBOLA BRANCA	BATATA INGLESA	FARINHA DE ROSCA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CHEIRO VERDE	AZEITONA	COENTRO
	EXTRATO DE TOMATE	MOLHO DE TOMATE	CENOURA	COENTRO	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	MARGARINA	TOMATE	CEBOLINHA
	ALHO	LEITE, OVO QUEIJO	CHUCHU	CEBOLINHA	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA			MILHO
	TOMATE	MANJERICÃO	ALHO				SAL			
		ALECRIM	CEBOLA							
		ACUCAR	COLORAU							
		TOMATE								
		FARINHA DE ROSCA E FARINHA DE TRIGO								

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 02/11/2023 (QUINTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: VATAPÁ DE FRANGO, CHURRASCO MISTO, BOLINHA DE BATATA QUEIJO, MACAXEIRA FRITA , ACELGA, VINAGRETE , FAROFA, BAIÃO COM QUEIJO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CORDA, SUCO DE ACEROLA, MELANCIA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	PEITO DE FRANGO	COXÃO MOLE	BATATA INGLESA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão DE CORDA	MASSA DE MILHO	TOMATE	MACAXEIRA
	FARINHA DE ROSCA	PALETA SUÍNA	QUEJO	Alho	Alho	ABOBORA/MAXIXE	SAL	CEBOLA	ÓLEO
	LEITE / LEITE DE COCO	LINGUIÇA	FARINHA DE ROSCA	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	CEBOLA BRANCA	PIMENTÃO	SAL
	CHEIRO VERDE/ ALHO/ SAL	CEBOLA BRANCA	LEITE	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	CEBOLA ROXA	VINAGRE	
	AZEITE DE DENDÊ	CEBOLA ROXA	OVOS	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	CHEIRO VERDE	AZEITE	
	CEBOLA	CHEIRO VERDE	ÓLEO	FEIJÃO DE CORDA		SAL		SAL	
			SAL	COENTRO					
	CALDO DE GALINHA			CEBOLINHA					
				QUEIJO					

JANTAR

Cardápio: SUÍNO AO MOLHO BARBECUE, CUBOS BOVINO AO SHOYU, SOPA DE FEIJÃO , TORTA DE SOJA COM LEGUMES, MAIONESA DE CENOURA, VINAGRETE DE REPOLHO, FAROFA, ARROZBRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CARIOCA, SUCO DE CAJU, MAÇÃ, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	COXÃO DURO	PALTEA SUÍNA	FEIJOA	BATATA INGLESA, CENOURA, COUVE FLOR, BRÓCOLIS.	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão CARIOCA	FAROFA	REPOLHO BRANCO REPOLHO ROXO	CENOURA
	SHOYU	TEMPERO PRONTO	MACARRÃO	CEBOLA/ALHO /COENTRO/CE BOLINHA	Alho	Alho	MACAXEIRA ABOBORA	SAL	TOMATE	OLEO DE SOJA
	GENGIBRE	BARBECUE	BACON	MANJERICÃO/ ALECRIM, SALSÃO, ALHO PORÓ	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ALHO	CEBOLA	LEITE
	ACUCAR		CALABRESA	SOJA	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	COENTRO		ALHO
	SAL		CHEIRO VERDE	LEITE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	CEBOLINHA	VINAGRE	VINAGRE
	ALHO		CEBOLA	FARINHA DE TRIGO			SAL		AZEITE	
			ALHO	MARGARINA					SAL	
				EXTRATO DE TOMATE						
				TOMATE						
				MILHO E ERVILHA						

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.

INGREDIENTES DO CARDÁPIO DO DIA

Data: 03/11/2023 (SEXTA-FEIRA)

ALMOÇO

CARDÁPIO: PEIXE FRITO, PICADO DE CARNE COM LEGUMES, LASANHA DE BROCOLIS, BETERRABA AO VINAGRETE, ALFACE, TOMATE E CEBOLA ROXA, FAROFA, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE CARIOCA, SUCO DE MANGA, MELÃO, DOCE.

[illegible]

JANTAR

Cardápio: ISCAS DE CARNE ACEBOLADA, PEIXE FRITO AO MOLHO BECHAMEL, SOPA DE CARNE COM LEGUMES, PROTEÍNA DE SOJA XADREZ, CHUCHU AO MOLHO BRANCO, ALFACE, TOMATE, ERVILHA E MILHO, MACARRÃO ESPAGUETE, ARROZ BRANCO, ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO DE PRETO, SUCO DE CAJÁ, BANANA, DOCE.

PREPARAÇÃO	PROTEÍNA 1	PROTEÍNA 2	SOPA	VEGETARIANO	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	GUARNIÇÃO	SALADA	SALADA COZIDA
INGREDIENTES	CONTRAFILÉ	FILÉ DE PEIXE	MACARRÃO	SOJA	Arroz Parabolizado	Arroz Integral	Feijão PRETO	MACARRÃO ESPAGUETE	ALFACE	CHUCHU
	CEBOLA	OLEO DE SOJA	CENOURA	SHOYU	Alho	Alho	MACAXEIRA	SAL	TOMATE	LEITE
	SHOYU	FARINHA DE ROSCA	BATATA INGLESA	CEBOLA/ALHO	Cebola	Cebola/CHEIRO VERDE	Cebola/ALHO	ALHO	ERVILHA	FARINHA DE TRIGO
	SAL	FARINHA DE TRIGO	COXÃO MOLE	AÇUCAR	Óleo de Soja	AZEITE DE OLIVA	COENTRO/CEBOLINHA	COENTRO	MILHO	MARGARINA
	ALHO	OVOS	CEBOLA	GENGIBRE	Sal	Sal	ÓLEO DE SOJA	CEBOLINHA		QUEIJO
	AZEITE	LEITE	COENTRO	REPOLHO ROXO E BRANCO			SAL			
	ERVAS	MARGARINA	CEBOLINHA	CENOURA						
		NOS MOSCADA	ALHO/SAL	PIMENTÃO						

OBS: Alguns ingredientes podem ser incluídos ou substituídos, dependendo da disponibilidade de alimentos em nosso estoque.