



CARDÁPIO MAIO

Composição	2ª Feira (27/05/2024)	3ª Feira (28/05/2024)	4ª Feira (29/05/2024)	5ª Feira (30/05/2023)	6ª Feira (31/05/2024)	Sábado (01/06/2024)
Salada	Acelga Beterraba Ralada	Alface Pepino fatiado	Mix de Folhas Cenoura Ralada	FERIADO FERIADO	FERIADO FERIADO	FERIADO FERIADO
Prato proteico	Carne de Panela	Frango assado	Estrogonofe de carne	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Opção vegetariana	Proteína de soja com legumes	Grão de Bico colorido	Estrogonofe de feijão branco	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Guarnição	Cenoura Sauté	Polenta ao Sugo	Batata palha	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Arroz	Arroz branco Arroz integral	Arroz branco Arroz integral	Arroz branco Arroz integral	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Acompanhamento	Feijão de caldo	Feijão de caldo	Feijão de caldo	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Sobremesa	Laranja	Melancia	Frutas	FERIADO	FERIADO	FERIADO
VALOR CALÓRICO DA REFEIÇÃO						
Salada + Prato proteico + Guarnição + Arroz branco + Feijão + Sobremesa	943,99 calorias	769,26 calorias	1105,69 calorias	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Salada + Opção vegetariana + Guarnição + Arroz integral + Feijão + Sobremesa	708,89 calorias	734,82 calorias	940,81 calorias	FERIADO	FERIADO	FERIADO

INGREDIENTES

Segunda-Feira: 27/05/2024

ARROZ: arroz polido, óleo de soja, sal e alho

ARROZ INTEGRAL: arroz integral, óleo de soja, sal e alho

FEIJÃO: feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro

CARNE DE PANELA: Carne Bovina Em Cubos, Sal, Alho, Cebola, Tomate

PROTEÍNA DE SOJA COM LEGUMES: proteína de soja, cebola, alho, vinagre, batata, vagem, abobrinha, sal

CENOURA SAUTE: Cenoura, Manteiga, Sal E Orégano

ACELGA: Acelga

BETERRABA RALADA: Beterraba

LARANJA: laranja

Terça-Feira: 28/05/2024

ARROZ: arroz polido, óleo de soja, sal e alho

ARROZ INTEGRAL: arroz integral, óleo de soja, sal e alho

FEIJÃO: feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro

FRANGO ASSADO: Coxa De Frango, Alho, Sal, Vinagre E Açafraão

GRÃO DE BICO COLORIDO: Grão De Bico, Tomate, Cebola, Sal, Vinagre, Óleo, Cenoura, cheiro verde E Milho

POLENTA AO SUGO: Fubá, Sal, Alho, Tomate, Colorau E Extrato De Tomate

ALFACE: Alface

PEPINO FATIADO: Pepino

MELANCIA: Melancia

Quarta-Feira: 29/05/2024

ARROZ: arroz polido, óleo de soja, sal e alho

ARROZ INTEGRAL: arroz integral, óleo de soja, sal e alho

FEIJÃO: feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro

ESTROGONOFE DE CARNE: Carne Bovina Em Tiras, Sal, Alho, Cebola, Catchup, Mostarda E Creme De Leite

ESTROGONOFE DE FEIJÃO BRANCO: Feijão Branco, Catchup, Mostarda, Leite De Soja, Cebola E Alho

BATATA PALHA: batata palha industrializada

MIX DE FOLHAS: Acelga, alface, repolho verde e Repolho roxo

CENOURA RALADA: Cenoura Ralada

FRUTAS: Frutas