



CARDÁPIO FEVEREIRO

Composição	2ª Feira (03/02/2025)	3ª Feira (04/02/2025)	4ª Feira (05/02/2025)	5ª Feira (06/02/2025)	6ª Feira (07/02/2025)	Sábado (08/02/2025)
Salada	Repolho Bicolor Pepino Fatiado	Couve Rabanete	Acelga Beterraba Ralada	Alface Cenoura Ralada	Salada de folhas Cebotele	Couve Pepino Fatiado
Prato proteico	Carne de Panela	Cubos de Frango ao molho mostrada	Estrogonofe Bovino	Filé de Frango acebolado	Bife Acebolado	Feijoada
Opção vegetariana	Proteína de Soja ao molho Vermelho	Feijão branco ao molho mostarda	Estrogonofe de Lentilha	Mix de grãos com milho	Proteína de soja Colorida	Feijoada vegana
Guarnição	Purê de Batata	Macarrão alho e óleo	Batata palha	Abobrinha Refogada	Polenta com queijo	Farofa de cenoura
Arroz	Arroz branco Arroz integral	Arroz branco Arroz integral	Arroz branco Arroz integral	Arroz branco Arroz integral	Arroz branco Arroz integral	Arroz branco Arroz integral
Acompanhamento	Feijão de caldo	Feijão de caldo	Feijão de caldo	Feijão de caldo	Feijão de caldo	Feijão de caldo
Sobremesa	Laranja	Melancia	Maçã	Banana	Melão	Laranja
VALOR CALÓRICO DA REFEIÇÃO						
Salada + Prato proteico + Guarnição + Arroz branco + Feijão + Sobremesa	882,37 calorias	963,55 calorias	1138,61 calorias	829,82 calorias	1069,98 calorias	879,05 calorias
Salada + Opção vegetariana + Guarnição + Arroz integral + Feijão + Sobremesa	732,79 calorias	878,94 calorias	974,77 calorias	749,53 calorias	845,60 calorias	735,60 calorias

INGREDIENTES

Segunda-Feira: 03/02/2025

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 AO MOLHO VERMELHO: proteína de soja, tomate, cebola, extrato de tomate, cheiro verde e sal

PURÊ DE BATATA: batata em flocos, leite, manteiga, alho e sal

REPOLHO BICOLOR: repolho verde e repolho roxo

PEPINO FATIADO: pepino

LARANJA: laranja

Terça-Feira: 04/02/2025

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

CUBOS DE FRANGO AO MOLHO MOSTARDA: cubos de peito de frango, sal, alho, óleo, açafrão, leite, mostarda, cebola e amido de milho

FEIJÃO BRANCO AO MOLHO MOSTARDA: feijão branco, sal, cebola, leite de soja, mostarda e amido de milho

MACARRÃO ALHO E ÓLEO: macarrão, sal, óleo e açafrão

COUVE: couve

RABANETE FATIADO: rabanete

MELANCIA: melancia

Quarta-Feira: 05/02/2025

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

ESTROGONOFÉ BOVINO: carne bovina em tiras, sal, alho, cebola, catchup, mostarda e creme de leite

ESTROGONOFÉ DE LENTILHA: lentilha, catchup, mostarda, leite de soja, cebola e alho

BATATA PALHA: batata palha industrializada

ACELGA: acelga

BETERRABA RALADA: beterraba

MAÇÃ: maçã

Quinta-Feira: 06/02/2025

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

FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO: filé de peito de frango, sal, alho, óleo, açafrão e cebola

MIX DE GRÃOS COM MILHO: lentilha, feijão branco, feijão fradinho, grão de bico, cebola, milho, sal, óleo e alho

ABOBRINHA REFOGADA: abobrinha, óleo, sal, cebola, alho e orégano

ALFACE: alface

CENOURA RALADA: cenoura

BANANA: banana

Sexta-Feira: 07/02/2025

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

BIFE ACEBOLADO: carne bovina, sal, alho, óleo e cebola

PROTEÍNA DE SOJA COLORIDA: proteína de soja, cenoura, tomate, cebola, sal, óleo e cheiro verde

POLENTA COM QUEIJO: fubá, sal, alho e queijo

SALADA DE FOLHAS: acelga, couve e alface

CEBOLETE: cebola, vinagre e orégano

MELÃO: melão

Sábado: 08/02/2025

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

FEIJOADA: feijão preto, pele suína, bacon, calabresa, pé suíno, carne suína, alho, folha de louro

FEIJOADA VEGANA: feijão preto, batata, cenoura, beterraba, sal, folha de louro, cebola.

FAROFÁ DE CENOURA: farinha de mandioca, farinha de milho, cenoura, cebola, óleo, sal, alho e açafrão

COUVE: couve

PEPINO FATIADO: pepino

LARANJA: laranja