

**CARDÁPIO****DESJEJUM**

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	03/11/2025	04/11/2025	05/11/2025	06/11/2025	07/11/2025	08/11/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
BEBIDA QUENTE	café	café	café	café	café	café
	chá	chá	chá	chá	chá	chá
	leite de vaca					
	leite vegetal					
ACHOCOLADADO	achocolatado	achocolatado	achocolatado	achocolatado	achocolatado	achocolatado
GORDURA	margarina	margarina	margarina	margarina	margarina	margarina
PANIFICAÇÃO	pão francês					
PANIFICAÇÃO EXTRA						bolo
COMPLEMENTO 1	ovos mexidos					
		presunto				presunto
COMPLEMENTO 2	geléia de frutas					
FRUTA	laranja	melancia	laranja	banana	maçã	banana



## CARDÁPIO

### ALMOÇO

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	03/11/2025	04/11/2025	05/11/2025	06/11/2025	07/11/2025	08/11/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	tomate	tomate	tabule
	alface	alface	alface	repolho	alface	mix de folhas
	cenoura ralada	beterraba cozida	repolho colorida	seleta de legumes	abóbora	pepino
PRATO PRINCIPAL	isca de frango acebolado 180g	carne moida 180g	feijoada 250g	strogonofe de frango 250g	carne de panela 180g	bife bovino 180g
GUARNIÇÃO	batata sauté 120g	macarrão alho e óleo 120g	farofa de couve 120g	batata palha 120g	farofa 120g	mandioca 120g
OPÇÃO VEGETARIANA	bolinho de lentilha 150g	proteína de soja ao 150g	feijoada vegetariana 150g	berinjela empanada 150g	hamburguer de grão 150g	quiibe vegetariano 150g
	laranja	melancia	laranja	banana	maçã	salada de frutas
PRATO BASE	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral
	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco
	feijão com caldo	feijão com caldo	.....	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo



## CARDÁPIO

### JANTAR

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	03/11/2025	04/11/2025	05/11/2025	06/11/2025	07/11/2025	08/11/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	tomate	tomate	
	alface	alface	alface	repolho	alface	
	cenoura ralada	beterraba cozida	repolho colorida	seleta de legumes	abóbora	
PRATO PRINCIPAL	Strogonoff de frango 250g	almondega de carne 180g	feijoada 250g	cubos de frango ao molho 180g	peixe 220g	
GUARNIÇÃO	batata palha 120g	macarrão alho e óleo 120g	farofa de couve 120g	purê de batata 120g	macarrão ao pesto 120g	
OPÇÃO VEGETARIANA	bolinho de lentilha 150g	proteína de soja ao 150g	feijoada vegetariana 150g	berinjela empanada 150g	hamburguer de grão 150g	
FRUTA	laranja	melancia	laranja	banana	maçã	
PRATO BASE	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	
	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	
	feijão com caldo	feijão com caldo	.....	feijão com caldo	feijão com caldo	