

CARDÁPIO



PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS

Mês: JUNHO/2024

DATA	EXTRAS	MOLHOS	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTOS	GUARNIÇÃO	SOBREMESA	PÃES PASTAS/PATÊ	OPÇÃO VEGETARIANA	MARMITA DO DIA	MARMITA KIDS
SEGUNDA (17/06)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate em rodela Rabanete em rodela Agrião, rúcula e manga	Cenoura com cheiro verde e uva passa Maionese de abóbora c/ salsinha Tabule Abobrinha c/ milho	Filé de frango grelhado Strogonoff de pernil Medalhão de carne Carne cozida com batatas	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Baião de dois	Cachorro quente Coxinha de frango Ovos cozidos Batata palha Seleta de legumes Macarrão alho e óleo Pamonha assada	Cheese Cake Mousse de limão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de tapioca Canjica de coco Cocada cremosa	Pão de ló Patê de frango Caldo de milho com frango	Almôndega de soja com ricota	Carne cozida com batata Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes Macarrão ao alho e óleo	Carne cozida com batata Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes
TERÇA (18/06)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate em pétalas Repolho branco c/ tomate cereja Acelga com uvas passas	Jiló refogado Brócolis c/ couve-flor Beterraba cozida Cenoura c/ cheiro verde	Peixe em posta ao molho de tomate Lagarto assado ao molho madeira Contrafilé acebolado Frango xadrez	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Galinhada	Kibe Frito Omelete com couve e tomate Farofa de cebola caramelizada Ravioli de frango Creme de milho Cachorro quente	Delícia de Abacaxi Mousse de Chocolate Pudim de tapioca Frutas da estação fatiadas Bolo de mandioca Canjica de amendoim	Pão Petrópolis Patê de azeitonas preta Caldo Vaca atolada	Abobrinha recheada com proteína de soja texturizada e molho de tomate	Frango xadrez Arroz branco ou integral Feijão Carioca Creme de milho Farofa de cebola	Frango xadrez Arroz branco ou integral Feijão Carioca Creme de milho
QUARTA (19/06) Pratos gastronômicos (Festa Junina)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate em rodela Salada de espinafre Repolho roxo c/ manga	Abobrinha c/ salsa e cenoura Chuchu refogado c/tomate cereja Chips de cará Maionese de legumes	Filé de frango grelhado Frango recheado Peixe em posta assado c/ legumes ao molho de limão Espetinho de carne	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz carreteiro Feijão tropeiro	Legumes cozidos no vapor com ervas Empadão goiano Ovos cozido Milho cozido Pastel de carne Mandioca frita Cachorro quente	Brigadeirão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de paçoca Canjica de coco Cural de milho Arroz doce Paçoca Pé de moleque	Massa folhada com frango Patê de ricota com ervas Caldo Verde Pipoca	Bolinho de arroz (farinha de trigo integral, leite, ovos e queijo parmesão)	File de frango ao molho mostarda Arroz branco ou integral Feijão carioca Abobrinha c/ salsa Espaguete	File de frango ao molho mostarda Arroz branco ou integral Feijão carioca Abobrinha c/ salsa
QUINTA (20/06)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate em pétalas Cenoura, agrião e milho Vinagrete	Salpicão Brócolis japonês no azeite Quiabo com tomate cereja Grão de bico ao vinagrete	Fricassê de frango Pernil acebolado Peixe em posta assado Rabada com agrião	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz maria Izabel	Kibe frito Seleta de legumes Espaguete ao molho sugo Ovos fritos Ravioli de carne Farofa de cuscuz Cachorro quente	Banoffe Sorvete de amendoim Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de fubá com goiabada Canjica de amendoim	Pão de quatro queijos Patê de mortadela Caldo de abóbora com carne seca	Escondidinho vegetariano de proteína de soja	Pernil acebolado Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes Espaguete	Pernil acebolado Arroz branco ou integral Feijão Carioca Seleta de legumes Espaguete
SEXTA (21/06)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate picado Alface americana c/ tomate seco Broto de feijão c/ cenoura ralada	Antepasto de berinjela (corte julienne) Salpicão de frango Couve-flor c/ cebolinha Cenoura cozida com cheiro verde e uva passa	Filé de frango grelhado Feijoada Peixe empando Picadinho de carne	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz Biro Biro	Couve refogada Torresmo Farofa de bacon Legumes cozidos com ervas Ovos cozidos Espaguete Milho cozido Cachorro quente	Tartelete de morango Delícia de abacaxi Mousse de limão Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo toalha felpuda Canjica de coco Cural de milho	Pão de Ciabatta Patê de frango Caldo de carne com mandioca	Bolinho de mandioca c/ proteína de soja	Picadinho de carne Arroz branco ou integral Feijão Carioca Abóbora cozida c/ cheiro verde Farofa de bacon	Picadinho de carne Arroz branco ou integral Feijão Carioca Abobora cozida c/cheiro verde
SÁBADO (22/06)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate em pétalas Rúcula, alface e milho	Batata doce cozida Feijão fradinho ao vinagrete Couve cozida com	Filé de frango grelhado Pernil à Califórnia Peixe em posta ao molho branco	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz carreteiro	Mandioca frita Creme de milho Farofa de banana Cenouras salteadas com mel e gengibre	Mousse de maracujá Torta de banana caramelizada Pudim de leite	Pão de ló Patê de peito de peru Caldo de milho	Almondegas de proteína de soja ao sugo	Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Feijão carioca	Strogonoff de frango Arroz branco ou integral Feijão carioca

CARDÁPIO

			Vinagrete c/ grão de bico	tomate cereja Brócolis c/ cheiro verde	Strogonoff de frango		Batata palha Polenta Cachorro quente	Frutas da estação fatiadas Bolo de Churros Canjica de amendoim Arroz Doce	com frango		Cenoura salteadas Batata palha	Cenoura salteadas Batata palha
DOMINGO (23/06)	Uvas passas Palmito Milho Ervilhas	Mostarda e mel Ervas finas Rosê	Salada tropical Tomate em rodela com salsinha Agrião, laranja e cebola roxa Pepino c/ manga	Salada de feijão branco Chips de banana da terra Beterraba cozida Cenoura c/ cheiro	File de frango grelhado Bisteca suína assada Carne cozida Costela suína ao barbecue	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz Mineiro	Batata frita Farofa doce Legumes ao forno Pirão Quiabo Cuscuz paulista Cachorro quente	Pavê de pêssego Néctar dos desuses Pudim de leite Frutas da estação fatiadas Bolo de milho Canjica de coco	Pão Petrópolis Patê de queijos Caldo Vaca atolada	Berinjela recheada com soja, vinagre e milho	File de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão Carioca Beterraba cozida Legumes ao forno	File de frango grelhado Arroz branco ou integral Feijão Carioca Legumes ao forno