|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO JULHO 2019 | | | | | | |
| SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SABADO | DOMINGO |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| pão hotdog com presunto | pão francês com doce de leite | pão de milho com patê de frango | pão hotdog com queijo | pão francês com doce de maçã | pão hotdog com patê de cenoura | pão de milho com presunto |
| maçã | mamão | kiwi | melão | abacaxi | banana | ponkã |
| chá de camomila | chá de morango | chá de erva-doce | chá mate | chá de erva-cidreira | chá de hortelã | chá de maçã |
| frango assado | picadinho de carne | copa lombo ao molho do cheff | carne moída à mexicana (pimentão e pimenta) | filé ao molho mostarda | bife acebolado | peixe c/ molho |
| grão de bico ao m. oriental | soja com legumes e couve-flor ao sugo | croquete de ervilha seca | PTS à mexicana | hambúrguer de feijão cavalo | lentilha com cebola crocante | abobrinha recheada com feijão fradinho |
| quibebe | batata doce c/ curry | quirera com cheiro verde | macarrão ao alho e óleo | legumes refogados | polenta vila rica | batata amassada |
| ponkã | gelatina de limão | banana | arroz doce | sagu | laranja | gelatina miscelânea |
| alface e beterraba ralada | couve e salada caipira | almeirão e macarronese (macarrão, cenoura, ervilha, tomate, maionese) | repolho verde e cenoura ralada | alface roxa c/ rúcula e tomate | escarola e abobrinha cozida | acelga e berinjela ao vinagrete |
| goulash batata, cenoura, vagem, bacon) | frango crocante)(farinha de pão, e queijo ralado) | almôndega ao sugo | espetinho de frango à milanesa | bife ao molho oriental | copa lombo c/ abacaxi | kafta de forno |
| goulash vegano com feijão cavalo | madealena com ervilha seca | almôndega de soja ao sugo | grão de bico ao molho oriental | espetinho de bolinha de feijão branco c/ legumes (s/ glúten-testar) | ervilha seca c/ legumes | escondidinho de PTS (aipim) |
| sopa minestrone II(batata, abobrinha, cenoura e macarrão) | sopa de legumes com carne | Canja (arroz, batata, cenoura, frango) | sopa creme de milho | sopa de aipim s/ macarrão | caldo verde(Batata, couve, bacon) | sopa primavera(arroz, batata, cenoura, vagem, milho) |
| agrião e pepino | almeirão e tomate | repolho verde e berinjela c/ orégano | alface roxa e chuchu | escarola e beterraba ralada | acelga e cenoura cozida | alface americana e batata salsa c/ TV |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| pão francês com doce de banana | pão hotdog com queijo | pão de milho com doce de abóbora | pão francês com maionese caseira verde | pão hotdog com presunto | pão de milho com doce de leite | pão de hotdog com patê de azeitona |
| mamão | laranja | maçã | salada de frutas | banana | melão | creme de abacate |
| chá de morango | chá de erva-doce | chá de camomila | chá de hortelã | chá de maçã | chá mate | chá de erva-cidreira |
| churrasco | frango ao m. laranja | bife de panela | peixe à milanesa c/ molho rosée | quibe de forma | fricassê de frango | cubos ao molho escuro |
| soja acebolada | hambúrguer de feijão branco | berinjela à rolê com pasta de lentilha | madalena de batata c/ ervilha seca refogada | quibe de abóbora com PTS | fricassê de feijão fradinho (s/ glúten) | grão de bico ao m. escuro |
| virado de couve | repolho à portuguesa | aipim sautée | ratatouille(abobrinha, berinjela, acelga, pimentão verde, molho de soja) | creme de espinafre | arroz crocante | purê de batata |
| maçã | torta de bolacha | mamão | kiwi | gelatina de morango | banana | flan de baunilha c/ calda |
| escarola e cenoura ralada | alface roxa e chuchu c/ tempero verde | couve manteiga e pepino | rúcula e tomate | repolho verde e beterraba cozida | alface americana e berinjela | agrião e cenoura cozida |
| frango ao molho curry | bife à rolê | peixe no fubá c/ limão | lasanha à bolonhesa | frango chinês | posta recheada | frango ao sugo |
| torre de berinjela c/ pasta de feijão cavalo | tomate recheado com lentilha | trouxinha de repolho c/ ervilha seca | lasanha de abobrinha com PTS | hambúrguer de feijão fradinho | grão de bico c/ legumes (cenoura, vagem, tomate e cebola) | panqueca de ervilha seca ao sugo |
| sopa creme de ervilha (c/ bacon) | sopa da casa(batata, feijão branco, cenoura, chuchu, abobrinha e frango) | creme de abóbora c/ curry | sopa juliana com arroz (batata, cenoura, chuchu, vagem) | sopa londrina(carne bovina, macarrão, batata, cenoura, chuchu, ervilha) | sopa caipira (frango, abóbora vermelha, batata e macarrão) | sopa de raízes(aipim, batata, batata salsa, cenoura, salsão) |
| alface roxa c/ agrião e tomate | couve manteiga e beterraba cozida | rúcula e cenoura ralada | repolho verde e Lisboa (pepino, tomate e azeitona) | alface americana e batata salsa c/ TV | agrião e salada russa(batata, beterraba e maionese) | repolho roxo e chuchu |
| CARDÁPIO JULHO 2019 | | | | | | |
| SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SABADO | DOMINGO |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| pão de milho com queijo | pão francês com geléia | pão hotdog com patê de presunto | pão francês com doce de abóbora | pão hotdog com presunto | pão de milho com patê de frango | pão hotdog com doce de maçã |
| ponkã | maçã | salada de frutas | banana | mamão | abacaxi | kiwi |
| chá de camomila | chá de erva-cidreira | chá de hortelã | chá de maçã | chá mate | chá de erva-doce | chá de morango |
| bife à fantasia | copa lombo acebolada | barreado | estrogonofe de carne | frango com ervas | costela assada | pernil na mostarda |
| hambúrguer de feijão cavalo | lentilha acebolada | barreado de grão de bico c/ cominho | estrogonofe de feijão branco (s/ glúten) | croquete de feijão fradinho | trigo em grão com legumes | PTS na mostarda |
| abobrinha colorida | cenoura ao molho branco | farofa simples | batata chips | abóbora refogada | cuscuz | couve refogada |
| melão | gelatina de uva | laranja | maçã | creme de abacaxi | ponkã | gelatina de morango |
| acelga e tomate | mix de folhas e pepino | rúcula e tropical(cenoura, repolho, maçã e maionese) | escarola e chuchu ao vinagrete | alface americana e brócolis | repolho verde e cenoura ralada | radite e tabule (Alface, tomate, pepino e farinha para quibe) |
| bisteca ao molho do cheff | picadinho especial | bife à milanesa | frango ao molho de limão | madalena de carne moída | lombo ao molho ferrugem | bife à gaúcha (posta) |
| lentilha ao molho do cheff | grão de bico c/ espinafre ao alho e óleo | hambúrguer de feijão branco (s/ glúten) | charuto de feijão fradinho | madelena de lentilha | feijão branco com brócolis | almôndega de feijão cavalo |
| sopa mineira(quirera, costelinha suína) | sopa de legumes | caldo italiano(frango, couve, cenoura e macarrão) | sopa eslava (carne, batata, cenoura, catchup e mostarda) | sopa creme de espinafre | sopa primavera (batata, chuchu, vagem, milho e arroz) | sopa minestrone I (batata, cenoura, chuchu e macarrão) |
| alface crespa e tabule (s/ alface) (tomate, pepino e farinha para quibe) | rúcula e couve-flor | escarola e cenoura cozida | alface americana e tomate | repolho verde e beterraba ralada | radite e abobrinha cozida | agrião e brócolis c/ milho |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| pão francês com patê de queijo | pão de hotdog com presunto | pão francês com doce de leite | pão milho com patê de cenoura | pão francês com doce de banana | pão hotdog com queijo | pão milho com presunto |
| banana | melancia | laranja | creme de abacate | maçã | ponkã | abacaxi |
| chá de hortelã | chá de maçã | chá de erva-doce | chá de morango | chá mate | chá de erva-cidreira | chá de camomila |
| moída ao sugo | peixe no fubá c/ limão | bife à pizzaiolo (molho ao sugo, queijo e presunto) | cubos de frango com bacon e cebola | ensopado caipira(molho com extrato de tomate, vagem e milho em conserva) | frango ao curry | posta ao molho |
| soja ao sugo | tomate recheado com ervilha seca | hambúrguer de feijão branco (s/ glúten) | PTS acebolada | grão de bico caipira | feijão fradinho ao curry | bolinho de feijão cavalo |
| macarrão na manteiga | brócolis, couve-flor e cenoura refogados | purê prático | chuchu com tempero verde | polenta cremosa | Batata doce sauté | legumes ao molho branco |
| melão | banana | sagú | pudim de chocolate | laranja | ponkã | mamão |
| acelga e beterraba ralada | alface e rabanete | repolho e tomate | rúcula e cenoura ralada | agrião e berinjela | almeirão e salpicão (batata, cenoura, tomate, vagem, salsão, ervilha conserva, milho e maionese) | escarola e abobrinha ao vinagrete |
| peixe à milanesa c/ molho tártaro | bife à fantasia | frango assado | carne de panela | empadão de frango | panqueca de carne | bisteca acebolada |
| hambúrguer de ervilha seca (s/ glúten) | abobrinha rechada com feijão branco e milho | croquete de feijão fradinho | grão-de-bico ao sugo | PTS (c/ os mesmos legumes do empadão) | panqueca de feijão cavalo | trigo em grão acebolado |
| sopa leve( arroz, batata, cenoura, carne bovina) | canja(arroz, batata, cenoura, frango) | creme de abóbora curry | sopa de lentilha (Macarrão, lentilha, cenoura, batata, bacon) | sopa creme rio branco (batata salsa, couve e macarrão) | sopa califórnia c/arroz (frango, cenoura, abobrinha e arroz) | sopa campestre(bacon, batata, vagem, abobrinha, macarrão) |
| alface bicolor e tomate | repolho roxo e chuchu | Rúcula e Natural(alface, pimentão, tomate, trigo p/ quibe, TV) | agrião e macarronese(macarrão, cenoura, ervilha, tomate, maionese) | almeirão e beterraba cozida | escarola e rabanete | alface americana e tomate |
| CARDÁPIO JULHO 2019 | | | | | | |
| SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SABADO | DOMINGO |
| 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| pão de hotdog com queijo | pão francês com patê de frango | pão de milho com presunto | pão francês com doce de abóbora | pão hotdog com patê de presunto | pão de milho com geléia | pão hotdog com queijo |
| mamão | banana | salada de frutas | abacaxi | laranja | melão | maçã |
| chá de maçã | chá de erva-cidreira | chá de morango | chá de camomila | chá de erva-doce | chá de hortelã | chá mate |
| bisteca à cigana | bife acebolado (cx mole) | frango xadrez (pimentões, tomate, cebola e molho de soja) | bife à rolê | frango crocante)(farinha de pão, e queijo ralado) | Goulash (batata, cenoura, vagem, bacon) | lombo com abacaxi |
| trigo em grão à cigana | mix de grãos acebolado | grão de bico xadrez | feijão branco ao sugo | croquete de lentilha (sem glúten) | goulash de soja | ervilha seca c/ couve-flor |
| repolho refogado | jardineira de legumes | berinjela à milanesa | batata sautée | abobrinha refogada | bolinho de arroz | farofa completa |
| laranja | torta de amendoim | ponkã/murgote | banana | gelatina miscelânea | maçã | pudim de chocolate |
| alface e cenoura ralada | radite e tomate | acelga e rabanete | couve manteiga e pepino | repolho roxo e chuchu | alface americana e tomate | rúcula e Lisboa(pepino, tomate e azeitona) |
| bife à espanhola (cx mole) (pimentão, milho, ervilha, molho de soja) | strogonoff de frango | bife à milanesa | frango com alecrim | barreado | copa lombo ao m. oriental | bife à espanhola(pimentão, milho, ervilha, molho de soja) |
| Hamburger de PTS | strogonoff de grão-de-bico | charuto de lentilha | bolinho de feijão branco | barreado de soja c/ cominho | ervilha seca ao m. oriental | nhoque c/ feijão cavalo ao sugo |
| sopa da casa(batata, feijão branco, cenoura, chuchu, abobrinha e frango) | batata chips | sopa de aipim | sopa londrina(carne bovina, macarrão, batata, cenoura, chuchu, ervilha) | sopa minestroni II (batata, abobrinha, cenoura e macarrão) | sopa de fubá | sopa creme de espinafre |
| radite e beterraba ralada | acelga e cenoura cozida | couve manteiga e abobrinha ralada | repolho bicolor e tomate | alface americana e rabanete | rúcula e maionese (batata, azeitona, maionese) | agrião e beterraba ralada |