

	CARDÁPIO DE REFEIÇÃO SEMANAL						
	Segunda-feira 20-05	Terça-feira 21-05	Quarta-feira 22-05	Quinta-feira 23-05	Sexta-feira 24-05	Sábado 25-05	Domingo 26-05
DESJEJUM	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório
Bebidas quentes	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café
Vegetariano	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja
Achocolatado	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite
Pão	Pão francês	Pão francês Bolo de cenoura	Pão francês	Pão careca 	Pão francês	Pão francês Cuscuz	Pão francês
Vegetariano	Pão francês	Pão francês 	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês
Complemento	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina
Vegetariano	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal
Complemento	Queijo minas	Frango desfiado	Ovos mexidos	Carne desfiada	Mingau de aveia	Salsicha ao molho	Ricota com ervas
Comp. Vegetariano	Amendotela	Guacamole	Pasta de grão de bico	Patê de berinjela	Mingau de aveia vegetariano	Requeijão com ervas	Pasta de ervilha com mostarda
Fruta	Abacaxi	Banana	Melancia	Melão	Mamão	Salada de frutas	Maçã
ALMOÇO	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório
Salada:	Acelga e berinjela africana	Alface lisa e rabanete	Chicória e tomate	Mostarda e beterraba ralada	Repolho roxo e pepino	Mix de folhas e tabule	Agrião e cenoura ralada
Molho:	Braai (adaptado)	Beterraba	Hortelã	Alho e limão	Manjericão	Erva picante	Pesto
Prato Principal:	Cachupa rica	Isca de carne	Frango caramelizado	Filé de frango ao m. pomodoro	Lasanha de couve com ricota	Lagarto ao molho ferrugem	Almôndega ao sugo
Guarnição:	Cuscuz marroquino	Abobrinha com orégano	Purê de batata	Macarrão ao alho e óleo	Chuchu com com cenoura	Batata doce	Ratatouille
Prato Vegetariano:	Soja ao creme de leite de coco	Soja em grão com couve flor	Moqueca vegetariana	Ervilha com broto de feijão e gergelim	Lasanha de berinjela	Espetinho vegano ao molho teriaky	Charuto de soja com couve manteiga
Acompanhamentos:	Arroz jorlfo arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca
Sobremesa:	Mamão	Melão	Maçã	Abacaxi	Melancia	Doce de banana	Laranja
Refresco:	Limão	Uva	Acerola	Caju	Goiaba	Guaraná	Tangerina
JANTAR	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório
Salada:	Repolho branco e salada refrescante de lentilha	Mix de folhas e pepino ralado	Acelga e chuchu cozido	Alface roxa e rabanete	Agrião e tomate	Mostarda e salada mista	Alface crespa e salada de milho com vagem
Molho:	Molho de tomate (adaptado)	Vinagrete	Agridoce	Ervas	Chipotle	Alho	Oriental
Sopa:	Creme de legumes	Creme de batata doce	Sopa de canjiquinha	Fubá com couve	Creme de cebola	Sopa creme de ervilha	Minestrone
Pão:	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada
Prato Principal:	Bife ao m. curry	Escondidinho de pernil	Strogonoff de carne	Carne moída com milho	Galinhada	Peixe à Gomes de Sá	Frango assado
Prato Vegetariano:	Quibe de legumes com quinoa	Grão de bico à indiana	Strogonoff de soja	Carreteiro de soja	Refogado de acelga com gergelim	Croquete de soja	Broto de feijão com com quinoa e soja
Acompanhamentos:	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz c/ açafrão, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca
Sobremesa:	Laranja	Doce de abóbora	Mamão	Banana	Maçã	Melão	Abacaxi
Refresco:	Manga	Guaraná	Limão	Tangerina	Uva	Acerola	Caju
Legenda:	PIMENTA GLÚTEN	PORCO OLEAGINOSAS	SOJA COGUMELO	LEITE OVOS MEL			