

Cardápio de 06 a 10/10/2025

Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Saladas	Saladas	Saladas	Saladas	Saladas
Mix de Folhas	Alface	Rúcula	Mix de folhas	Radite
Cenoura	Pepino	Cenoura	Rabanete	Beterraba
Molho de ervas	Molho de mostarda	Molho shoyu	Vinagrete	Molho mostarda agri doce
Acompanhamentos	Acompanhamentos	Acompanhamentos	Acompanhamentos	Acompanhamentos
Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado
Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Lentilha	Proteína de soja refogada	Ervilha	Lentilha	Proteína de soja
Farofa	Abóbora paulista	Farofa de cebola	Batata baby com ervas	Macarrão ao sugo
Carne	Carne	Carne	Carne	Carne
Estrogonofe de frango	Bisteca acebolada	Carne moída com batata	Frango assado	Mix de carnes
Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa
Laranja	Maçã	Laranja	Banana	Laranja

Cardápio elaborado pelo estagiário de nutrição Bruno Honório Coelho e supervisionado pela nutricionista Fernanda Grezski Bitencourt. CRN4171

Cardápio sujeito à alterações sem aviso prévio*

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Segunda feira – 06/10/2025

Saladas:

Mix de folhas: Repolho e alface (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Cenoura (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Molho de ervas: Água, vinagre, ervas finas, cheiro verde e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: Feijão, (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Lentilha: Lentilha, água, óleo de soja, sal, páprica picante, cheiro verde, cebola, tomate, e alho. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Farofa: Farinha de mandioca, óleo de soja, colorau, páprica doce, páprica picante e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Estrogonofe de frango: Sassami de frango, cebola, tomate, creme de leite, leite, mostarda amarela industrializada, catchup industrializado, páprica doce, chimichurri e sal. (Contém glúten, contém lactose, contém produtos de origem animal)

Fruta: Laranja (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Terça feira – 07/10/2025

Saladas:

Alface (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Pepino (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Molho de Mostarda: Água, vinagre, mostarda amarela e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: Feijão, (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Proteína Texturizada de soja refogada: Proteína texturizada de soja, alho, cebola, cheiro verde, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Abóbora: Abóbora paulista, óleo de soja, cebola, alho, tomate, sal e pimenta. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Bisteca acebolada: Bisteca suína, cebola, óleo de soja, shoyu, sal, pimenta calabresa, chimichurri e páprica doce. (Não contém glúten, não contém lactose, contém produtos de origem animal)

Fruta: Maçã (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Quarta feira – 08/10/2025

Saladas:

Rúcula (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Cenoura (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Molho de shoyu: Água, vinagre, shoyu, orégano e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja, alho, cebola e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Ervilha: Ervilha partida, água, óleo de soja, sal, cheiro verde, cebola, alho e curry. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Farofa de cebola: Biju, cebola, óleo vegetal, sal e pimenta (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Carne moída com batatas: Carne moída bovina, batata salsa, cebola, alho, tomate, extrato de tomate, chimichurri, orégano, cheiro verde, sal e pimenta preta. (Não contém glúten, não contém lactose, contém produtos de origem animal)

Fruta: Laranja (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Quinta feira – 09/10/2025

Saladas:

Mix de folhas: Alface e Rúcula (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Beterraba. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Vinagrete: Água, vinagre, cebola, tomate, cheiro verde e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: Feijão, (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Lentilha: Lentilha, água, óleo de soja, sal, páprica picante, cheiro verde, cebola, tomate, e alho. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Batata baby com ervas: Batata baby, óleo de soja, cebola, alho, orégano, salsa, sal e pimenta. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Frango assado: Coxas e sobrecoxas de frango, chimichurri, páprica picante, páprica doce e sal. (não contém glúten, não contém lactose, contém produtos de origem animal)

Fruta: Banana (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Sexta feira – 10/10/2025

Saladas:

Radite (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Cenoura (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Molho mostarda agri-doce: Água, vinagre, mostarda amarela, açúcar mascavo e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: Feijão, (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Proteína Texturizada de soja refogada: Proteína texturizada de soja, alho, cebola, cheiro verde, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Macarrão ao sugo: Macarrão de sêmola, cebola, alho, tomate, extrato de tomate, óleo de soja, manjerição fresco, sal e pimenta. (Contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Mix de carnes: Sassami, coração, carne suína, calabresa, tomate, espinafre, brócolis, chimichurri, pimenta calabresa, páprica defumada e sal (Não contém glúten, não contém lactose, contém produtos de origem animal)

Fruta: Laranja (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)