

Cardápio de 13 a 17/10/2025

Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Saladas	Saladas	Saladas	Saladas	Saladas
Alface	Mix de folhas	Rúcula	Alface	Rúcula
Beterraba ralada	Beterraba cozida	Pepino com tomate	Cenoura ralada	Tabule
Vinagrete	Molho de limão	Molho shoyu	Molho mostarda	Molho de ervas
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 carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca
Lentilha	Proteína de soja c/ alho poró	Mix de grãos	Proteína de soja à jardineira	Ervilha
Farofa de couve	Macarrão à marguerita	Batata doce caramelizada	Polenta	Aipim cozido
Carne	Carne	Carne	Carne	Carne
Carne moída com legumes	Bisteca acebolada	Frango assado	Galinha caipira ensopada	Almôndegas ao molho rosê
Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa
Laranja	Banana	Maçã	Banana	Laranja

Cardápio elaborado pela nutricionista Fernanda Grezski Bitencourt. CRN4171

Cardápio sujeito à alterações sem aviso prévio*

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Segunda feira – 13/10/2025

Saladas:

Alface (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, rabanete, 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 de couve e biju: Farinha de milho biju, couve mineira, óleo de soja, páprica doce, páprica picante e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Carne moída com legumes: Carne moída bovina, cenoura, brócolis, couve flor, 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

Terça feira – 14/10/2025

Saladas:

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

Beterraba cozida: (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 poró, cebola, cheiro verde, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Macarrão à marguerita: Macarrão de sêmola, tomate, óleo de soja, manjerição fresco, sal e pimenta. (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: Banana (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Quarta feira – 15/10/2025

Saladas:

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

Pepino com tomate: (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)

Mix de grãos: Grãos de soja, trigo em grãos, milho, ervilha, água, óleo de soja, sal, cheiro verde, cebola, alho e curry. (Contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Batata doce caramelizada: Batata doce e açúcar. (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: Maçã (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Quinta feira – 16/10/2025

Saladas:

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 mostarda: Água, vinagre, mostarda amarela, 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)

Proteína Texturizada de soja à jardineira: Proteína texturizada de soja, cenoura, brócolis, vagem, milho, ervilha, cebola, cheiro verde, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Polenta: Farinha de milho, alho, cebola, óleo de soja, sal e cheiro verde. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Galinha caipira ensopada: Cortes de galinha caipira, alho, tomate, cebola, óleo de soja, colorau, chimichurri, páprica doce, extrato de tomate, cheiro verde 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 – 17/10/2025

Saladas:

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

Tabule: Trigo para quibe, cenoura, cebola, tomate, hortelã, limão e sal. (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)

Ervilha: Ervilha partida, 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)

Aipim: Aipim, água, açafrão e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Almôndegas ao molho rosê: Almôndega bovina industrializada, maionese, catchup, mostarda, sal, cheiro verde e pimenta. (Não contém glúten, contém lactose, contém produtos de origem animal)

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