



CARDÁPIO OUTUBRO 2026



SEGUNDA-FEIRA 05/10

Salada	Alface Tomate Beterraba Ralada
Prato Base	Arroz Arroz integral Feijão Cubos de Frango Grelhado
Prato Principal	Picadinho de Carne Ovo Mexido
Guarnição	Virado de Chuchu
Sobremesa	Fruta
Opção Vegana*	Bolinho de Brócolis

TERÇA-FEIRA 06/10

Alface Tomate Repolho Roxo Arroz Arroz integral Feijão Lombo Grelhado
Strogonoffe de Frango Ovo Mexido Batata Palha Fruta Cuscuz de Legumes

QUARTA-FEIRA 07/10

Alface Vinagrete Escarola Fininha Arroz Arroz integral Feijão Feijoada Filé de Frango Ovo Mexido Farofa Couve Fruta Quibe Vegano
--

QUINTA-FEIRA 08/10

Alface Tomate Pepino Arroz Arroz integral Feijão Bifinho Grelhado Isclas de Frango com Molho Branco Ovo Mexido Espaguete ao Alho e Óleo Fruta Almondegas de Ervilha
--

SEXTA-FEIRA 09/10

Alface Tomate Cenoura Ralada Arroz Arroz integral Feijão Carne de Panela Filé de Sobrecoxa Assado Ovo Mexido Creme de Milho Fruta Panqueca de Legumes
--

SEGUNDA-FEIRA 12/10

Salada	Alface Tomate Salada de Couve Flor
Prato Base	Arroz Arroz integral Feijão Fricas de Frango
Prato Principal	Isclas de Carne Ovo Mexido
Guarnição	Brócolis
Sobremesa	Fruta
Opção Vegana*	Bolinho de Abobrinha

TERÇA-FEIRA 13/10

Alface Tomate Salada de Couve Flor Arroz Arroz integral Feijão Fricas de Frango Isclas de Carne Ovo Mexido Brócolis Fruta Bolinho de Abobrinha

QUARTA-FEIRA 14/10

Alface Vinagrete Beterraba Cozida Arroz Arroz integral Feijão Isclas de Frango Feijoada Ovo Mexido Couve Farofa Fruta Bolinho de Batata Doce
--

QUINTA-FEIRA 15/10

Alface Tomate Agrião Arroz Arroz integral Feijão Lombo Suíno Cubos de Frango Acelolado Ovo Mexido Espaguete ao Sugo Fruta Hamburguinho de Grao de Bico
--

SEXTA-FEIRA 16/10

Alface Tomate Pepino Japonês Arroz Arroz integral Feijão Carne Moída Filé de Sobrecoxa Assado Ovo Mexido Cuscuz de Legumes Fruta Cuscuz de Legumes

EM RAZÃO DE NOSSA PREOCUPAÇÃO COM A QUALIDADE DOS PRODUTOS OFERECIDOS, O CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES, PRINCIPALMENTE COM RELAÇÃO A LEGUMES E VERDURAS - TRABALHAMOS COM FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES ORGÂNICOS - O prato vegetariano é produzido por demanda, há necessidade de informar a cozinha até às 9h.



CARDÁPIO OUTUBRO 2026



SEGUNDA-FEIRA 19/10

Salada	Alface Tomate Salpicão
Prato Base	Arroz Arroz integral Feijão
Prato Principal	Pernil Suíno Frango Xadrez Ovo Mexido
Guarnição	Brócolis
Sobremesa	Fruta
Opção Vegana*	Vinagrete de Soja

TERÇA-FEIRA 20/10

Alface Tomate Couve Flor Arroz Arroz integral Feijão Isclas de Carne Acebolada Strogonoff de Frango Ovo Mexido Batata Palha Fruta Hamburguinho de Lentilha
--

QUARTA-FEIRA 21/10

Alface Vinagrete Cenoura Ralada Arroz Arroz integral Feijão Filé de Frango Feijoada Ovo Mexido Couve Farofa Fruta Milho com espinafre ao alho e óleo
--

QUINTA-FEIRA 22/10

Alface Tomate Acelga e Repolho Roxo Arroz Arroz integral Feijão Macarrão Parafuso à Bolonhesa Isclas de Frango Ovo Mexido Cenoura Refogada Fruta Soja Refogada

SEXTA-FEIRA 23/10

Alface Tomate Milho e Ervilha Arroz Arroz integral Feijão Carne de Panela Linguíça de Frango Ovo Mexido Abobrinha Assada em Rodelas Fruta Bolinho de Feijão Branco

SEGUNDA-FEIRA 26/10

Salada	Alface Tomate Mix de Repolho
Prato Base	Arroz Arroz integral Feijão Bifinho Grelhado
Prato Principal	Frango ao Molho Ovo Mexido
Guarnição	Berinjela em Cubos
Sobremesa	Fruta
Opção Vegana*	Proteína de Soja Refogada

TERÇA-FEIRA 27/10

Alface Tomate Beterraba Ralada Arroz Arroz integral Feijão Carne de Panela Filé de Frango com Milho Ovo Mexido Mandioca Assada Fruta Vinagrete de Soja

QUARTA-FEIRA 28/10

Alface Vinagrete Escarola Fininha Arroz Arroz integral Feijão Filé de Frango Feijoada Ovo Mexido Couve Farofa Fruta Espinafre com Grão de Bico
--

QUINTA-FEIRA 29/10

Alface Tomate Cenoura Ralada Arroz Arroz integral Feijão Isclas de Carne Coxinha de Frango Ovo Mexido Penne ao Molho Branco Fruta Cuscuz de Legumes
--

SEXTA-FEIRA 30/10

Alface Tomate Pepino Arroz Arroz integral Feijão Torta Madalena Copa Lombo Ovo Mexido Couve Flor Fruta Mini Hamburger de Lentilha
--

EM RAZÃO DE NOSSA PREOCUPAÇÃO COM A QUALIDADE DOS PRODUTOS OFERECIDOS, O CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES, PRINCIPALMENTE COM RELAÇÃO A LEGUMES E VERDURAS