

**NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO
HENRIQUE
CARDÁPIO: Maio**

Composição	(25/05/26)	(26/05/26)	(27/05/26)	(28/05/26)	(29/05/26)	(30/05/26)
Saladas	Beterraba Repolho	Acelga/ alface Cenoura	Tabule Chuchu	Alface Repolho	Tomate Pepino	Batata doce Repolho
Prato principal	Carne moída	Feijoada	Isca de frango milanesa	Carne suína	Strogonoff de carne	Coxa e sobrecoxa
Opção vegetariana	Proteína de soja	Feijoada vegana	Nuggt	Omelete	Strogonoff de grãos	Kibe
Guarnição	Polenta	Farofa	Macarrão	Mandioca	Batata palha	Farofa
Prato base	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral
	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/caldo	Feijão c/ caldo

**NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO
HENRIQUE
CARDÁPIO: Maio**

Sobremesa	Melancia	Melão	Tangerina	Laranja	Mamão	Melancia
V.E.T Proteína Animal	Calorias 907	Calorias 998	Calorias 930	Calorias 895	Calorias 896	Calorias 876

V.E.T Proteína Vegetal	Calorias 853	Calorias 845	Caloria 835	Calorias 843	Calorias 848	Calorias 857
---------------------------------------	--------------	--------------	-------------	--------------	--------------	--------------

	(25/05/26)	(26/05/26)	(27/05/26)	(28/05/26)	(29/05/26)	(30/05/26)
Bebidas	Cafe(100ml) Mate(180ml) Leite integral(180ml)	Café(100ml) Chá Mate(180ml) Leite integral(180ml)	Café (100ml) Chá Mate (180ml) Leite integral (180ml)	Café (100ml) Chá Mate (180ml) Leite integra l(180ml)	Café(100ml) Chá mate(180ml) Leite integral(180ml)	Café(100ml) Chá (180ml) Leite integral(180ml)
Panificação	Pão francês 1 unid.	Pão francês 1 und. Pão de forma(50g)	Pão francês 1 und.	Pão francês 1 unid. Torta salgada (50g)	Pão francês 1unid Pão doce 1 unid	Pão francês 1unid
Gordura	Creme vegetal (15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal (15g)	Creme vegetal 15g

NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO
HENRIQUE
CARDÁPIO: Maio

Complemento 1 e 2	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido 50g
		Presunto		Mussarela	-	
Fruta	Mamão	Banana	Laranja	Tangerina	Melão	Melancia
Achocolatado	Achocolatado em pó Solúvel (20g)	Achocolatado em pó Solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó (20g)

**NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO
HENRIQUE
CARDÁPIO: Maio**

• Segunda

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão carioca sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Carne moída, sal, óleo, alho, cebola, pimentão, cheiro verde, azeitona, extrato.

Prato vegano: Proteína de soja, sal, óleo, cebola, tomate, cheiro verde.

Guarnição: Polenta, sal, alho, cebola, cheiro verde, extrato.

Salada: Beterraba, repolho.

Fruta: Melancia

Terça

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão preto, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Feijão preto, sal, alho, cebola, óleo, carne suína, pé, rabo, calabresa.

Prato vegano: Proteína de soja, feijão preto, óleo, cenoura, batata, sal, cheiro verde, pimentão.

Guarnição: Farinha de mandioca, sal, cheiro verde, couve.

Salada: Acelga, alface, cenoura.

Fruta: Melão.

Quarta

Arroz branco e Integral: Arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Peito de frango, sal, óleo, alho, vinagre, farinha de trigo, e farinha de rosca.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo sal, queijo, cenoura.

Guarnição: Macarrão, sal, óleo, alho.

Salada: Chuchu, alface, farinha de quibe.

Fruta: Tangerina

• **Quinta**

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Carne suína sal, óleo alho, cebola

Prato vegano: Proteína de soja, ovo, óleo, sal, cheiro verde.

Guarnição: Mandioca

Salada: Tomate, pepino.

**NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO
HENRIQUE
CARDÁPIO: Maio**

Fruta: Laranja .

Sexta

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Carne bovina, óleo, sal, alho, açafrão, cebola, pimentão, creme de leite, cheiro verde.

Prato vegano: Proteína de soja, grão de bico, óleo, sal, cheiro verde.

Guarnição: Batata palha.

Salada: Pepino, tomate

Fruta: Mamão

Sábado

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Coxa e sobrecoxa, óleo, sal, vinagre

Prato vegano: Proteína de soja, farinha de quibe, óleo, sal, cheiro verde.

Guarnição: Farinha de mandioca, óleo, sal.

Salada: Repolho, batata doce.

Fruta: Melancia.