

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

Composição	(04/05/26)	(05/05/26)	(06/05/26).	(07/05/26)	(08/05/26)	(09/05/26)
Saladas	Repolho Pepino	Alface c/ pepino Abobrinha	Vagem Beterraba Acelga	Repolho Alface	Chuchu c/milho Beterraba	Rúcula Vinagrete
Prato principal	Carne moída	Bobo de frango	Feijoada	Coxa e sobrecoxa	Carne em isca	Peixe frito
Opção vegetariana	Quibe frito	Strogonoff de soja	Feijoada vegana	Lasanha de berinjela	Charuto de pts	Bolinho de arroz
Guarnição	Polenta	Batata palha	Farofa couve	Legumes refogado	Macarrão	Pirão
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	Laranja	Tangerina	Melancia	Gelatina
V.E.T Proteína Animal	Calorias 907	Calorias 895	Calorias 898	Calorias 876	Calorias 912	

V.E.T Proteína Vegetal	Calorias 857	Calorias 848	Calorias 845	Calorias 838	Calorias 826	Calorias 841
---------------------------------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

	<i>(04/05/26)</i>	<i>(05/05/26)</i>	<i>(06/05/26)</i>	<i>(07/05/26)</i>	<i>(08/05/26)</i>	<i>(09/05/26)</i>
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 milho(50g)	Pão francês 1 und. Pão de forma (50g)	Pão francês 1 unid. Bolo (50g)	Pão francês 1unid	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
		Molho de carne moída	Presunto	Pasta de grão de bico		
Fruta	Melão	Melancia	Laranja	Banana	Mamão	Gelatina
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, extrato, tomate, cebola, pimentão, azeitona, milho verde .

Prato vegano: Farinha de quibe, sal, óleo, cebola, tomate, cheiro verde, proteína de soja.

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

. Salada: Pepino, repolho.

Fruta: Melancia

Terça

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

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

Prato principal: Filé de frango, sal, alho, limão, óleo, açafrão, colorau, louro, leite, creme de leite, azeitona, milho verde.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo, grão de soja, sal, leite, creme de leite, cheiro verde

Guarnição: Batata palha.

Salada: Alface, pepino, abobrinha verde.

Fruta: Melão.

Quarta

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

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

Prato principal: Feijão preto, Carne suína, pé, rabo, calabresa, sal, óleo, cebola, alho, pimentão, cheiro verde.

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

Guarnição: Farinha de mandioca , sal, óleo, cenoura, couve.

Salada: Beterraba, vagem, acelga

Fruta: Laranja .

• **Quinta**

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, alho, vinagre , açafrão.

Prato vegano: Proteína de soja, berinjela, creme de leite, queijo, óleo, sal, cheiro verde.

Guarnição: Cenoura, chuchu, batata.

Salada: Repolho, alface

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

Fruta: Tangerina.

Sexta

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

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

Prato principal: Car bovina, óleo, sal, alho, vinagre , açafião.

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

Guarnição: Macarrão, óleo, sal, alho, açafião.

Salada: Chuchu, beterraba, milho verde.

Fruta: Melancia

Sábado

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

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

Prato principal: Peixe, óleo, sal, vinagre, limão, farinha de trigo

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

Guarnição: Farinha de mandioca, óleo, sal, alho, açafião.

Salada: Tomate , cebola, azeite, sal, vinagre, rúcula.

Fruta: Gelatina.