

NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO
HENRIQUE
CARDÁPIO: junho

Composição	(08/06/26)	(09/06/26)	(10/06/26).	(11/06/26)	(12/06/26)	Fechado
Saladas	Beterraba Repolho	Tabule Cenoura	Pepino Repolho/alface	Vinagrete Acelga	Chuchu Alface/ acelga	
Prato principal	Filé de frango	Arroz boliviano	Bobó de frango	Bisteca suína	Carne de panela	
Opção vegetariana	Proteína de soja	Panqueca	Bobó de grão	Nhoque	Abobrinha gratinada	
Guarnição	Polenta	Farofa	Batata palha	Mandioca	Farofa	

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

Prato base	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	
	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	
Sobremesa	Melão	Melancia	Laranja	Melancia	Mamão	
V.E.T Proteína Animal	Calorias 896	Calorias 885	Calorias 912	Caloria 877	Caloria 897	
V.E.T Proteína Vegetal	Calorias 842	Calorias 843	Caloria 835	Caloria 830	Caloria 841	

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

	(08/06/26)	(09/06/26)	(10/06/26)	(11/06/26)	(12/06/26)	Fechado)
Bebidas	Café(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 integral(180ml)	Café(100ml) Chá Mate(180ml) Leite integral(180ml)	
Panificação	Pão francês 1 unid.	Pão francês 1 und. Pão de forma(50g)	Pão francês 1 und.	Pão francês 1unid. Bolo(50g)	Pão francê 1 unid	
Gordura	Creme vegetal (15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal (15g)	Creme vegetal(15g)	

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

Complemento 1 e 2	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	
			Molho de carne moída		Presunto	
Fruta	Melão	Melancia	Laranja	Gelatina	Mamão	
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)	

• Segunda

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

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

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

Prato principal: Filé de frango, sal, óleo, alho, cebola, pimentão, cheiro verde, , extrato.

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

Guarnição: Fubá , óleo, sal, cebola.

Salada: Beterraba, repolho.

Fruta: Melão

Terça

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

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

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

Prato vegano: Proteína de soja, óleo, cenoura , batata, sal, cheiro verde, pimentão, colorau, farinha de trigo.

Guarnição: Farinha de mandioca, óleo, sal.

Salada: Farinha de quibe, alface, cenoura.

Fruta: Melancia

Quarta

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

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

Prato principal: Filé de frango, sal, óleo, extrato, óleo, sal, cebola, pimentão, creme de leite, leite.

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

Guarnição: Batata palha.

Salada: pepino, repolho, alface.

Fruta: Laranja

Quinta

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

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

Prato principal: Bisteca suína, sal, óleo, alho, vinagre.

Prato vegano: proteína de soja, sal, óleo, cebola, extrato.

Guarnição: Mandioca

Salada: Acelga, tomate, cebola, cheiro verde

Fruta: Melancia

Sexta

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

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

Feijão, sal, óleo, alho, louro.

Prato principal: Carne bovina, sal, óleo, alho, cebola, pimentão, cheiro verde.

Prato vegano: Abobrinha verde, sal, azeite, queijo, cheiro verde.

Guarnição: Farinha de mandioca, sal, óleo, ovo.

Salada: Chuchu, alface, acelga.

Fruta: Mamão