

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

Composição	(22/06/26)	(23/06/26)	(24/06/26).	(25/06/26)	(26/06/26)	(27/06/26)
Saladas	Maionese Repolho	Acelga/ alface Cenoura	Fechado	Alface Repolho	Tomate Couve	Batata doce Repolho
Prato principal	Risoto	Almôndegas		Isca de frango c/calabresa	Strogonoff de carne	Coxa e sobrecoxa
Opção vegetariana	Proteína c/cenoura	Abobrinha gratinada		Omelete	Strogonoff de grãos	Nhoque
Guarnição	Farofa	Macarrão		Mandioca	Batata palha	Farofa
Prato base	Arroz branco	Arroz branco		Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco

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

Sobremesa	Arroz integral	Arroz integral			Arroz integral	Arroz integral
	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo		Feijão c/ caldo	Feijão c/caldo	Feijão c/ caldo
	Melancia	Melão		Laranja	Melancia	Banana
V.E.T Proteina Animal	Calorias 898	Calorias 979		Calorias 896	Calorias 896	Calorias 876
V.E.T Proteina Vegetal	Calorias 853	Calorias 845		Calorias 843	Calorias 848	Calorias 857
	<i>(22/06/26)</i>	<i>(23/06/26)</i>	<i>Fechado</i>	<i>(25/06/26)</i>	<i>(26/06/26)</i>	<i>(27/06/26)</i>

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

Bebidas	Cafe(100ml) 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 unid.	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
Complemento 1 e 2	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)		Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido 50g
		Presunto		Molho de frango	-	

NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO
HENRIQUE
CARDÁPIO: Junho

Fruta	Mamão	Melão		Laranja	Melão	Banana
Achocolatado	Achocolatado em pó Solúvel (20g)	Achocolatado em pó Solúvel (20g)		Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó (20g)

• Segunda

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, óleo, alho, cebola, pimentão, cheiro verde, azeitona, extrato.

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

Guarnição: Ovo, sal, óleo, farinha de mandioca, cebola.

Salada: Cenoura, batata, sal, azeite, maionese, 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: Carne moída, sal, alho, cebola, óleo, cheiro verde.

Prato vegano: Proteína de soja, abobrinha verde, óleo

Guarnição: Macarrão, sal, cheiro verde.

Salada: Acelga, alface, cenoura.

Fruta: Melão.

Quinta

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

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

Prato principal: Peito de frango, calabresa, sal, óleo, alho, vinagre.

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

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

Guarnição: Mandioca

Salada: Alface, repolho

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, sal, óleo alho, cebola, creme de leite, leite, cheiro verde, azeitona.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo, sal, cheiro verde. Creme de leite, azeitona.

Guarnição: Batata palha

Tomate, couve

Fruta: Melancia

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, alho, açafrão

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

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

Salada: Batata doce, repolho .

Fruta: Banana .