



Cardápio - março 2026

Cardápio	Segunda 02/03	Terça 03/03	Quarta 04/03	Quinta 05/03	Sexta 06/03
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Espaguete ao alho e óleo	Pirão de aipim	Purê de batata	Penne ao alho e óleo	Pizza
Prato principal	Lombo recheado	Carne do sol acebolada	Nuggets de frango artesanal	Costela suína ao molho barbecue	Bobó de frango
Opção	Filé de frango grelhado	Tiras de frango grelhado	Tiras de carne na chapa	Cubos de frango na chapa	Carne grelhada
Prato Vegetariano	Omelete de queijo	Risoto ao tomate cereja	Bolinho de feijão	Panqueca de queijo	Farofa de banana

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca CRN5 5442, Anette Farias CRN 5764



Cardápio - março 2026

Cardápio	Segunda 09/03	Terça 10/03	Quarta 11/03	Quinta 12/03	Sexta 13/03
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão preto Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Espaguete ao sugo	Feijão tropeiro	Purê de batata	Batata palito assada	Pizza
Prato principal	Bife a milanesa	Churrasco misto (frango, carne)	Isca de peixe empanada	Estrogonofe de carne	Escabeche com legumes e pirão
Opção	Frango grelhado		Carne grelhada	Tiras de frango	Carne grelhada
Prato Vegetariano	Estrogonofe de couve flor	Gratinado misto (Couve flor/Brócolis)	Risoto de limão siciliano	Dadinho de tapioca	Chips de batata doce

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca CRN5 5442, Anette Farias CRN 5764



Cardápio - março 2026

Cardápio	Segunda 16/03	Terça 17/03	Quarta 18/03	Quinta 19/03	SEXTA 20/03
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos+ Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Purê de batata	Lasanha mista	Batata Rústica	Banana empanada	Pizza
Prato principal	Filé ao molho escuro	Frango a cubana	Carne à parmegiana	Nhoque ao molho sugo	Escondidinho de carne do sol
Opção prato principal	Filé de frango grelhado	Carne na chapa	Frango na chapa	Carne grelhada	Frango grelhado
Prato vegetariano	Terrine de legumes	Omelete vegetariano	Espaguete de legumes	Bolinho de queijo	Bolinho de queijo

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca CRN5 5442, Anette Farias CRN 5764



Cardápio - março 2026

Cardápio	Segunda 23/03	Terça 24/03	Quarta 25/03	Quinta 26/03	Sexta 27/03
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral c/brócolis	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral
Guarnição	Massa ao molho quatro queijos	Batata Sauté	Rolinho de primavera	Legumes na chapa	Pizza
Prato principal	Escalope ao molho madeira	Lombo suíno	Rolinho de queijo	Ravioli de quatro queijo	Arrumadinho de carne seca
Opção	Tiras de frango grelhado	Filé de frango grelhado	Filé de frango grelhado	Tiras de carne na chapa	Frango grelhado
Prato Vegetariano	Banana da terra gratinada	Quibe vegetariano	Lasanha de abobrinha	Bolinho de feijão	Quiche de queijo

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca CRN5 5442, Anette Farias CRN 5764



Cardápio - março 2026

Cardápio	Segunda 30/03	Terça 31/03	Quarta	Quinta	Sexta
Saladas	Alface + Alface Americana + Tomate + Vinagrete + 01 Folha + 01 Grão + 01 Legume Cru + 02 Legumes Cozidos + 01 Proteína + 01 Conserva + 01 Complemento + 02 Molhos + Frutas da estação				
Complemento	Feijão carioquinha Arroz branco	Feijão carioquinha Arroz branco Arroz integral			
Guarnição	Purê de batata	Vatapá e Caruru			
Prato principal	Estrogonofe de frango	Xinxim			
Opção	Bife de carne na chapa	Carne grelhada			
Prato Vegetariano	Quiche de queijo	Banana à milanesa			

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionista: Ana Chamusca CRN5 5442, Anette Farias CRN 5764