

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2024 - 05/02 a 17/02

05 a 09	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão Vermelho	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	Arroz	Arroz/ Arroz integral	Arroz	Arroz	Arroz
	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
	Suíno grelhado	Carne de panela	Frango grelhado	Frango assado	Bife acebolado
	Frango com molho	Ovo mexido	Bolonhesa	Peixe refogado	Panqueca de frango
	Macarrão	Linguicinha Toscana	Macarrão	Molho branco	Macarrão
	Batata solte	Aipim	Abóbora refogada	Batata Assada	Molho de legumes
	Brócolis refogado	Mix legumes	Batata doce caramelada	Vagem refogado	Lentilha refogada
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba cozida	Tomate	Couve flor	Cenoura crua
	cenoura crua	Pepino Japonês	Cenoura cozida	Beterraba cozida	Tomate
	Picles	Abobrinha verde	Repolho	Pepino	Tabule
	Chuchu	Manga	Milho	Abacaxi	Ovo cozido
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Banana e maça	Gelatina	Melancia	Gelatina	Maça e laranja
13 a 17	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes				Feijão Preto	Feijão Carioca
	Recesso Escolar			Arroz Arroz integral	Arroz
				Farofa	Farofa
				Frango grelhado	Peixe empanado
				Carne de Panela	Bolonhesa
				Macarrão	Polenta cremosa
				Purê de batata	Abóbora refogada
				Mix de legumes	Chuchu refogado
Opções frias				Alface	Alface
				Tomate	Beterraba cozida
				Cenoura Crua	Vinagrete grão e bico
				Brócolis	Manga
				Pepino agridoce	Mix de sementes
Suco Int.			Laranja	Uva	
Sobremesa			Maça e laranja	Gelatina	

