

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2024 – Cardápio Ensino Fundamental 07 a 11 de outubro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão Vermelho	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	Arroz/ Arroz integral	Arroz	Arroz /Arroz integral	Arroz	Arroz
	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
	Bolonhesa	Carne de Panela	Frango empanado	Molho ao sugo	Panqueca de carne
	Frango grelhado	Suíno assado	Picadinho com batata	Peixe grelhado	Frango assado
	Macarrão	Batata solte	Macarrão	Carne em tiras	Macarrão
	Chuchu refogado	Brócolis refogado	Abobrinha refogada	Polenta	Molho Quatro queijos
	Purê de abóbora	Milho refogado	Batata Palha	Abobora refogada	Mix de legumes
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba cozida	Cenoura crua	Tomate	Tomate
	Repolho	Pepino	Tomate	Beterraba crua	Chuchu
	Cenoura cozida	Melancia	Couve flor	Abacaxi	Ovo cozido
	Mix sementes	Vinagrete Grão de bico	Ovo cozido	Pepino	Cenoura crua
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maçã e laranja	Gelatina	Laranja e banana	Gelatina	Pudim chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante- CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: 09 a 13 de setembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão Vermelho	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	Arroz parborizado	Arroz parborizado	Arroz parborizado	Arroz parborizado	Arroz parborizado
	Farofa	Carne de Panela	Frango grelhado	Molho ao sugo	Panqueca de carne
	Bolonhesa	Suíno assado	Picadinho com batata	Peixe grelhado	Frango assado
	Frango grelhado	Batata solte	Macarrão	Carne em tiras	Macarrão
	Macarrão	Brócolis refogado	Risoto de legumes	Polenta	Molho Quatro queijos
	Purê de abóbora	Milho refogado	Abobrinha refogada	Abobora refogada	Mix de legumes
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Grão de bico	Tomate	Tomate	Cenoura crua
	Cenoura cozida	Pepino	Cenoura crua	Beterraba crua	Tomate
	Mix sementes	Beterraba cozida	Mix de sementes	Pepino	Ovo cozido
Suco	Integral de laranja	Integral de uva	Integral de laranja	Integral de uva	Integral de laranja
Sobremesa	Maçã e laranja	Banana e Melancia	Laranja e Banana	Maçã e Abacaxi	Laranja e Maçã

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2024 – Cardápio Ensino Fundamental 14 a 18 de outubro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes		Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
		Arroz	Arroz /Arroz integral	Arroz	Arroz
		Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
		Frango grelhado	Bolinho de peixe	Ovo grelhado	Mix de grelhados
	Recesso	Carne de panela	Picadinho com batata	Bolonhesa	Frango com molho
	Escolar	Macarrão	Aipim	Macarrão	Purê de batata
	Dia do professor	Cabotiá assada	Brócolis refogado	Repolho refogado	Lasanha de carne
		Lentilha	Mix de legumes	Abóbora refogada	Legumes/molho vermelho
Opções frias		Alface	Alface	Alface	Alface
		Beterraba cozida	Cenoura crua	Repolho	Tomate
		Pepino	Tomate	Beterraba crua	Chuchu
		Tomate	Couve verde	Abacaxi	Tabule
		Vinagrete Grão de bico	Laranja	Pepino	Cenoura crua
Suco Int.		Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa		Gelatina	Banana e maçã	Gelatina	Bolo chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante- CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: 16 a 20 de setembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes		Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
		Arroz parborizado	Arroz parborizado	Arroz parborizado	Arroz parborizado
	Recesso	Frango grelhado	Bolinho de peixe	Farofa	Bife
	Escolar	Carne de panela	Picadinho com batata	Ovo grelhado	Frango com molho
	Dia do professor	Macarrão	Aipim	Bolonhesa	Purê de batata
		Cabotiá assada	Brócolis refogado	Macarrão	Legumes/molho vermelho
		Lentilha	Mix de legumes	Abóbora refogada	Milho
Opções frias		Alface	Alface	Alface	Alface
		Grão de bico	Tomate	Repolho	Tomate
		Pepino	Cenoura crua	Beterraba crua	Chuchu
		Beterraba cozida	Couve verde	Pepino	Cenoura crua
Suco		Integral de uva	Integral de laranja	Integral de uva	Integral de laranja
Sobremesa		Banana e maçã	Laranja e melancia	Maçã e banana	Laranja e Maçã