

## Matriarca Lanchonete e Restaurante 2024 – Cardápio Ensino Fundamental 04 a 08 de novembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão Preto	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	Arroz/ Arroz integral	Arroz	Arroz /Arroz integral	Arroz	Arroz/ Arroz integral
	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
	Bolonhesa	Carne de Panela	Frango com molho	Risoto de frango	Frango assado
	Frango grelhado	Peixe empanado	Suíno assado	Picadinho com batata	Almondegas caseira
	Macarrão	Purê de batata	Macarrão	Panqueca de carne	Macarrão
	Abóbora refogada	Chuchu refogado	Brócolis refogado	Polenta	Aipim noisete
	Batata palha	Mix de legumes	Molho ao sugo	Batata doce caramelada	Lentilha
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Beterraba cozida	Couve verde	Beterraba cozida	Tomate	Chuchu
	Pepino	Ovo cozido	Abacaxi	Repolho	Brócolis e couve flor
	Cenoura crua	Tomate	Cenoura cozida	Tabule	Beterraba cozida
	manga	Vinagrete Grão de bico	Mix sementes	Ovo cozido	Maionese de batata
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maçã e laranja	Gelatina	Laranja e banana	Gelatina	Bolo de chocolate

## Matriarca Lanchonete e Restaurante- CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: 04 a 08 de novembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	<b>Feijão preto</b>	<b>Feijão carioca</b>	<b>Feijão Preto</b>	<b>Feijão Carioca</b>	<b>Feijão Preto</b>
	<b>Arroz parborizado</b>	<b>Arroz parborizado</b>	<b>Arroz parborizado</b>	<b>Arroz parborizado</b>	<b>Arroz parborizado</b>
	Farofa	Chuchu refogado	Frango com molho	Risoto de frango	Farofa
	Bolonhesa	Carne de Panela	Suíno assado	Picadinho com batata	Frango assado
	Frango grelhado	Peixe empanado	Macarrão	Panqueca de carne	Almondegas caseira
	Macarrão	Purê de batata	Brócolis refogado	Polenta	Macarrão
	Abóbora Refogada	Mix de legumes	Molho ao sugo	Batata doce	Lentilha
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Beterraba cozida	Couve verde	Beterraba cozida	Tomate	Chuchu
	Cenoura crua	Ovo cozido	Cenoura cozida	Repolho	Brócolis e couve flor
	Pepino	Tomate	Mix de sementes	Ovo Cozido	Beterraba cozida
Suco	Integral de laranja	Integral de uva	Integral de laranja	Integral de uva	
Sobremesa	Laranja e melancia	Banana e laranja	Maçã e abacaxi	Banana e laranja	Maçã e manga

## Matriarca Lanchonete e Restaurante 2024 – Cardápio Ensino Fundamental 11 a 15 de novembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	<b>Feijão Preto</b>	<b>Feijão carioca</b>	<b>Feijão Preto</b>	<b>Feijão carioca</b>	
	<b>Arroz/ Arroz integral</b>	<b>Arroz</b>	<b>Arroz /Arroz integral</b>	<b>Arroz</b>	
	<b>Farofa</b>	<b>Farofa</b>	<b>Farofa</b>	<b>Farofa</b>	
	Ovo grelhado	Frango com molho	Mix de carne grelhadas	Feijoadinha	Feriado
	Carne de panela	Suíno grelhado	Picadinho com batata	Bolonhesa	Nacional
	Macarrão	Polenta cremosa	Macarrão	Frango grelhado	
	Espaguete de abobrinha	Mix de legumes	Couve flor e brócolis refog	Purê Aipim	
	Milho refogado	Batata refogada	Abobrinha refogada	Batata assada	
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	
	Tomate	Vinagrete	Cenoura crua	Beterraba cozida	
	Pepino	Beterraba cozida	Pepino agridoce	Melancia	
	Cenoura cozida	Couve verde	Ovo cozido	Tomate	
	Repolho	Manga	Tomate	Picles	
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	
Sobremesa	Maçã e laranja	Gelatina	Banana e maçã	Gelatina	

## Matriarca Lanchonete e Restaurante- CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: 11 a 15 de novembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	<b>Feijão Preto</b>	<b>Feijão carioca</b>	<b>Feijão Preto</b>	<b>Feijão Carioca</b>	
	<b>Arroz parborizado</b>	<b>Arroz parborizado</b>	<b>Arroz parborizado</b>	<b>Arroz parborizado</b>	
	Ovo grelhado	Frango com molho	Bolinho de peixe	Farofa	Feriado
	Carne de panela	Suíno grelhado	Picadinho com batata	Feijoadinha	Nacional
	Macarrão	Polenta cremosa	Macarrão	Bolonhesa	
	Espaguete de abobrinha	Mix de legumes	Couve flor e brócolis refog	Frango grelhado	
	Milho refogado	Batata refogada	Abobrinha refogada	Purê Aipim	
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	
	Tomate	Grão de bico	Cenoura crua	Vinagrete	
	Pepino	Beterraba cozida	Tomate	Beterraba crua	
	Cenoura cozida	Couve verde	Repolho	Tabule	
Suco	Integral de laranja	Integral de uva	Integral de laranja	Integral de uva	
Sobremesa	Maçã e laranja	Banana e Manga	Laranja e maçã	Banana e melancia	