

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2024 – Cardápio Ensino Fundamental 02 a 06 de dezembro

	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
	Frango grelhado	Bolinho de peixe	Frango empanado	Picadinho com batata	Panqueca de carne
	Carne panela	Bolonhesa	Suíno em cubos	Frango assado	Frango com molho
	Macarrão	Batata solte	Macarrão	Polenta	Macarrão
	Lentilha	Brócolis refogado	Abobrinha refogada	Batata assada	Molho branco
	Mix de legumes	Milho refogado	Molho ao sugo	Ovo mexido	Batata doce caramelada
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Cenoura crua	Vinagrete	Tomate	Milho
	Beterraba cozida	Pepino	Manga	Beterraba crua	Cenoura crua
	Cenoura cozida	Melancia	Couve flor	Pepino	Tomate
	Mix sementes	Vinagrete Grão de bico	Ovo cozido	Abacaxi	Tabule
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: 02 a 06 de dezembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão Vermelho	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	Arroz parborizado				
	Frango grelhado	Bolinho de peixe	Frango empanado	Picadinho com batata	Panqueca de carne
	Carne panela	Bolonhesa	Suíno em cubos	Frango assado	Frango com molho
	Macarrão	Batata solte	Macarrão	Polenta	Macarrão
	Lentilha	Brócolis refogado	Abobrinha refogada	Batata assada	Molho branco
	Mix de legumes	Milho refogado	Molho ao sugo	Ovo mexido	Batata doce caramelada
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Vinagrete e Grão de bico	Vinagrete	Tomate	Milho
	Beterraba cozida	Pepino	Manga	Beterraba crua	Cenoura crua
	Mix sementes	Cenoura crua	Couve flor	Pepino	Tomate
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 Maça

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2024 – Cardápio Ensino Fundamental 09 a 13 de dezembro

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
	Frango grelhado	Carne de panela	Peixe empanado	Coxinha de asa assada	Frango com molho
	Bolonhesa	Ovo grelhado	Bife acebolado	Estrogonofe de carne	Mix de grelhados
	Macarrão	Polenta	Macarrão	Risoto de frango	Macarrão
	Purê de batata	Repolho refogado	Molho ao sugo	Aipim noisete	Batata palha
	Brócolis refogado	Mix de legumes	Abóbora refogada	Ovo mexido	Milho na espiga
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Beterraba cozida	Cenoura crua	Cenoura crua	Pepino agridoce	Tomate
	Pepino	Repolho	Tomate	Beterraba crua	Repolho
	Tomate	Abacaxi	Pepino	Brócolis	Laranja
	Laranja	Vinagrete Grão de bico	Manga	Melancia	Cenoura crua
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Banana e maçã	Gelatina	Banana e maçã	Gelatina	Bolo chocolate

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

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	Arroz	Arroz parborizado	Arroz parborizado	Arroz parborizado	Arroz parborizado
	Frango grelhado	Carne de panela	Peixe empanado	Coxinha de asa assada	Frango com molho
	Bolonhesa	Ovo grelhado	Bife acebolado	Estrogonofe de carne	Mix de grelhados
	Macarrão	Polenta	Macarrão	Risoto de frango	Macarrão
	Purê de batata	Repolho refogado	Molho ao sugo	Aipim noisete	Batata palha
	Brócolis refogado	Mix de legumes	Abóbora refogada	Ovo mexido	Milho na espiga
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Beterraba cozida	Cenoura crua	Cenoura crua	Pepino agridoce	Tomate
	Pepino	Repolho	Tomate	Beterraba crua	Repolho
	Tomate	Vinagrete Grão de bico	Pepino	Pepino	Cenoura crua
Suco	Laranja	Integral de uva	Integral de laranja	Integral de uva	Integral de laranja
Sobremesa	Banana e maçã	Abacaxi e laranja	Banana e laranja	Maçã e banana	Laranja e Maça