

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - Ensino Fundamental 10/02 a 14/02

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Arroz com frango	Farofa	Farofa	Arroz integral
	Farofa	Farofa	Feijoadinha	Sobrecoxa refogada	Farofa
	Picadinho bovino	Bolonhesa	Frango grelhado	Bife acebolado	Frango empanado
	Coxinha de asa assada	Suíno assado	Carne de Panela	Ovo grelhado	Estrogonofe de carne
	Lasanha de carne	Ovo mexido	Peixe refogado	Macarrão	Molho bolonhesa
	Batata refogada	Macarrão	Aipim	Molho quatro queijos	Polenta cremosa
	Brócolis refogado	Abóbora refogada	Mix legumes	Abobrinha refogada	Chuchu refogado
Creme de milho	Lentilha	Batata doce	Feijão branco refogado	Batata palha	
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate cereja	Cenoura crua	Tomate	Picles	Ovo de codorna
	Pepino	Couve flor	Azeitona	Cenoura crua	Beterraba cozida
	Beterraba cozida	Agrião	Couve verde	Brócolis	Pepino agridoce
	Repolho	Abacaxi	Cenoura cozida	Laranja	Abacaxi
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maça e laranja	Gelatina	Melancia e banana	Gelatina	Banana e maça

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal – Educação Infantil 10/02 a 14/02

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Arroz com frango	Aipim	Farofa	Arroz integral
	Creme de milho	Lentilha	Mix de legumes	Sobrecoxa refogada	Polenta cremosa
	Picadinho bovino	Bolonhesa	Frango grelhado	Bife acebolado	Frango grelhado
	Coxinha de asa assada	Suíno assado	Carne de Panela	Abobrinha refogada	Estrogonofe de carne
	Batata Refogada	Ovo mexido	Peixe refogado	Macarrão	Molho bolonhesa
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate cereja	Cenoura crua	Tomate	Picles	Tomate
	Pepino	Couve flor	Cenoura cozida	Ovo cozido	Beterraba cozida
	Beterraba cozida	Agrião	Couve verde	Brócolis	Pepino
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maça e laranja	Abacaxi e banana	Melancia e banana	Laranja e maça	Banana e abacaxi

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - **Ensino Fundamental** 17/02 a 21/02

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
	Arroz com legumes	Arroz integral	Linguiça toscana assada	Sobrecoxa com molho	Arroz integral
	Frango grelhado	Bovino de forno	Picadinho bovino	Bolinho de peixe	Frango grelhado
	Carne de panela	Frango com molho	Suíno grelhado	Bife	Panqueca de carne
	Molho ao sugo	Calabresa acebolada	Macarrão	Tutu de feijão	Ovo na chapa
	Macarrão	Aipim	Batata refogada	Polenta	Macarrão
	Milho refogado	Mix de legumes	Abobrinha refogada	Brócolis refogado	Molho ao sugo
Cabotiá assada	Repolho refogado	Lentilha	Milho na espiga	Feijão branco refogado	
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Ovo cozido	Beterraba cozida	Tomate	Couve verde	Tomate cereja
	Cenoura crua	Pepino	Picles	Beterraba coz	Queijo em cubos
	Tomate	Grão de pico	Cenoura cozida	Pepino	Cenoura crua
	Brócolis	Manga	Brócolis	Melancia	Milho
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Banana e laranja	Gelatina	Banana e laranja	Gelatina	Pudim de chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal – **Educação Infantil** 17/02 a 21/02

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz com legumes	Arroz integral	Farofa	Sobrecoxa com molho	Frango grelhado
	Frango grelhado	Bovino de forno	Picadinho bovino	Bolinho de peixe	Panqueca de carne
	Carne de panela	Frango com molho	Suíno grelhado	Bife	Ovo na chapa
	Macarrão	Aipim	Macarrão	Polenta	Macarrão
Milho refogado	Mix de legumes	Batata refogada	Milho na espiga	Molho ao sugo	
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Cenoura crua	Beterraba cozida	Abobrinha	Couve verde	Tomate cereja
	Tomate	Pepino	Tomate	Beterraba coz	Queijo em cubos
	Brócolis	Grão de bico	Cenoura cozida	Pepino	Cenoura crua
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maça e laranja	Manga e banana	Laranja e maça	Melancia e banana	Banana e maça