Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - Ensino Fundamental 24/03 a 28/03					
	Segunda	**Terça**	**Quarta**	**Quinta**	**Sexta**
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Farofa	Farofa	Arroz integral	Farofa
	Farofa	Arroz com frango	Feijoadinha	Farofa	Frago assado
	Bolonhesa	Picadinho bovino	Bife acebolado	Carne de panela	Almondegas caseiras
	Frango grelhado	Suíno grelhado	Peixe empanado	Frango em cubos	Ovo grelhado
	Ovo mexido	Polenta	Frango com molho	Lasanha de carne	Molho branco
	Macarrão	Rolinho de legumes	Macarrão	Aipim	Macarrão
	Lentilha	Batata doce	Repolho ref	Chuchu ref	Mix de legumes
	Abobora refogada	Brócolis ref	Mix de legumes	Creme de milho	Batata Assada
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Grão de bico	Beterraba coz	Pepino agridoce
	Cenoura crua	Picles	Cenoura coz	Cenoura cru	Azeitona
	Pepino	Repolho	Pepino	Abobrinha	Tomate
	Milho	Manga	Tomate cereja	Mix de sementes	Laranja
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Laranja e maça	Gelatina	Banana e melancia	Gelatina	Pudim de chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal – Educação Infantil 24 /02 a 28/02					
	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	Bife acebolado	Farofa	Almondegas caseiras
	Bolonhesa	Picadinho bovino	Bolinho de peixe	Carne de panela	Ovo grelhado
	Frango grelhado	Suíno grelhado	Frango com molho	Frango em cubos	Frango assado
	Ovo mexido	Polenta	Macarrão	Aipim	Macarrão
	Macarrão	Brócolis ref	Mix de legumes	Creme de milho	Batata solte

Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Cenoura coz	Beterraba coz	Azeitona
	Cenoura crua	Picles	Pepino	Cenoura cru	Tomate
	Pepino	Repolho	Tomate cereja	Mix de sementes	Laranja
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Laranja e maça	Manga e bananas	Melancia e laranja	Banana e maça	Pudim de chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - Ensino Fundamental 30 /03 a 04 / 04					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Farofa	Arroz com legumes	Farofa	Farofa
	Farofa	Arroz com frango	Farofa	Picadinho bovino	Arroz integral
	Carne de panela	Panqueca de carne	Bolonhesa	Ovo mexido	Bife acebolado
	Frango em cubos	Frango com molho	Asinha Frango assada	Mix de grelhados	Frango empanado
	Omelete de forno	Suíno grelhado	Peixe empanado	Aipim	Linguiça toscana assada
	Macarrão	Polenta cremosa	Macarrão	Espaguete de abobrinha	Macarrão
	Feijão frango ref	Lentilha	Repolho ref	Batata refogada	Molho ao sugo
	Brócolis ref	Mix de legumes	Abóbora refogada	Creme de milho	Mix de legumes
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Tomate	Cenoura crua	Tomate
	Cenoura crua	Picles	Cenoura coz	Tomate cereja	Beterraba coz
	Pepino	Queijo em cubos	Pepino	Picles	Pepino
	Mix de sementes	Laranja	Beterraba coz	Manga	Ovo cozido
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maça e laranja	Gelatina	Maça e laranja	Gelatina	Salada de frutas

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal – Educação Infantil 03 /02 a 07 / 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	Suíno grelhado	Arroz com legumes	Picadinho bovino	Bife acebolado
	Carne de panela	Arroz com frango	Farofa	Ovo mexido	Frango empanado
	Frango em cubos	Panqueca de carne	Bolonhesa	Aipim	Macarrão
	Macarrão	Mix de legumes	Asinha Frango assada	Creme de milho	Molho ao sugo
	Brócolis ref	Polenta cremosa	Abóbora refogada	Batata refogada	Mix de legumes

Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Tomate	Cenoura crua	Tomate
	Cenoura crua	Picles	Cenoura coz	Tomate cereja	Beterraba coz
	Pepino	Queijo em cubos	Beterraba coz	Picles	Pepino
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maça e laranja	Banana e mamão	Maça e laranja	Banana e manga	Gelatina