

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio - Ensino Fundamental 10/03 a 14/03

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Arroz com frango	Farofa	Farofa	Arroz integral
	Farofa	Farofa	Feijoadinha	Frango em cubos	Farofa
	Frango grelhado	Suíno grelhado	Frango assado	Lasanha de carne	Linguinha toscana assada
	Bolonhesa	Carne de panela	Bife acebolado	Picadinho bovino	Estrogonofe de frango
	Peixe empando	Frango ao molho	Ovo mexido	Milho ref	Almondegas caseiras
	Macarrão	Aipim	Molho ao sugo	Pure de batata	Macarrão
	Lentilha	Brócolis refogado	Macarrão	Batata doce	Batata Palha
	Batata refogada	Abóbora refogada	Mix de legumes	Lentilha	Chuchu refogado
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Cenoura crua	Beterraba cozida	Cenoura crua	Tomate	Pepino agridoce
	Pepino	Repolho	Vinagrete	Cenoura cozida	Cenoura crua
	Chuchu	Tomate cereja	Pepino	Beterraba crua	Azeitona
	Tomate	Manga	Queijo em cubos	Melancia	Brócolis
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio - EDUCAÇÃO INFANTIL 10/03 a 14/03

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Macarrão	Arroz com frango	Molho ao sugo	Farofa	Arroz integral
	Peixe empando	Suíno grelhado	Frango assado	Frango em cubos	Estrogonofe de frango
	Frango grelhado	Carne de panela	Bife acebolado	Picadinho	Almondegas caseiras
	Bolonhesa	Aipim	Macarrão	Pure de batata	Macarrão
	Batata Refogada	Brócolis refogado	Mix de legumes	Milho ref	Batata Palha
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Cenoura crua	Beterraba cozida	Cenoura crua	Tomate	Pepino agridoce
	Pepino	Repolho	Pepino	Cenoura cozida	Cenoura crua
	Tomate	Tomate cereja	Queijo em cubos	Beterraba crua	Brócolis
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maça e laranja	Manga e banana	Maça e laranja	Melancia e banana	Gelatina

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio - Ensino Fundamental 17/03 a 21/03

	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	Arroz com legumes	Farofa	Arroz integral
	Farofa	Frango com molho	Farofa	Suíno assado	Farofa
	Frango grelhado	Carne de panela	Peixe grelhado	Ovo na chapa	Carne de panela
	Omelete de forno	Calabresa acebolada	Panquecas de frango	Frango xadrez	Frango empanado
	Bolonhesa	Aipim	Picadinho Bovino	Molho bolonhesa	Bolinho de peixe
	Macarrão	Brócolis refogado	Macarrão	Polenta cremosa	Macarrão
	Creme de milho	Espaguete de abobrinha	Batata doce	Mix de legumes	Molho quatro queijos
	Caboitá assada	Batata solté	Repolho refogado	Lentilha	Legumes solte
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Pepino	Brócolis	Caponata de beringela	Ovo de cordona
	Ervilha	Cenoura cozida	Beterraba coz	Cenoura crua	Beterraba cozida
	Cenoura crua	Mix sementes	Tomate cereja	Pepino	Tomate
	Beterraba coz	Abacaxi	Abobrinha	Milho	Picles
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio - EDUCAÇÃO INFANTIL 17/03 a 21/03

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Bolonhesa	Frango com molho	Peixe grelhado	Farofa	Arroz integral
	Macarrão	Carne de panela	Panquecas de frango	Molho bolonhesa	Carne de panela
	Creme de milho	Aipim	Picadinho Bovino	Ovo na chapa	Bolinho de peixe
	Frango grelhado	Brócolis refogado	Macarrão	Polenta cremosa	Macarrão
	Omelete de forno	Batata solté	Batata doce	Mix de legumes	Molho quatro queijos
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Cenoura crua	Pepino	Brócolis	Cenoura crua	Ovo de cordona
	Beterraba coz	Cenoura cozida	Beterraba coz	Pepino	Beterraba cozida
	Tomate	Mix sementes	Tomate cereja	Milho	Tomate
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Maça e laranja	Abacaxi e banana	Manga e maça	Banana e laranja	Melancia