

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - Ensino Fundamental 05 a 09/ 05					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Farofa	Farofa	Arroz integral	Farofa
	Farofa	Picadinho com Batata	Arroz com legumes	Farofa	Frago empanado
	Bolonhesa	Suíno grelhado	Carne de panela	Picadinho bovino	Moída bovina turbinada
	Frango grelhado	Linguicinha toscana	Frango em cubos	Muqueca de peixe	Mix de carnes grelhadas
	Ovo mexido	Aipim	Lasanha de carne	Ovo grelhado	Molho branco
	Macarrão	Abóbora refogada	Macarrão	Repolho ref	Macarrão
	Batata Palha	Lentilha	Brócolis ref	Polenta	Mix legumes
Chuchu ref	Creme de milho	Batata doce	Batata solté	Cabotiá assada	
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Vinagrete de Grão de bico	Beterraba coz	Pepino agridoce
	Cenoura crua	Picles	Cenoura coz	Cenoura cru	Ovo cozido
	Repolho	Repolho	Pepino	Abobrinha	Tomate
	Manga	Manga	Tomate cereja	Mix de sementes	Laranja
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Laranja e maçã	Gelatina	Melão e laranja	Gelatina	Pudim de chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal – Educação Infantil 05 a 09/ 05					
	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	Muqueca de peixe	Moída bovina turbinada
	Bolonhesa	Picadinho com Batata	Carne de panela	Picadinho bovino	Frango Grelhado
	Frango grelhado	Suíno grelhado	Frango em cubos	Ovo grelhado	Macarrão
	Ovo mexido	Aipim	Brócolis ref	Polenta	Mix legumes
	Macarrão	Creme de milho	Batata doce	Batata solté	Molho branco
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Cenoura coz	Beterraba coz	Ovo cozido
	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 maçã	Manga e bananas	Melão e laranja	Banana e maçã	Pudim de chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - Ensino Fundamental 12 a 16 / 05

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Farofa	Farofa	Arroz com legumes	Farofa	Farofa
	Frango com molho	Risoto	Farofa	Feijoadinha	Arroz integral
	Peixe empanado	Estrogonofe de frango	Bolonhesa	Carne de panela	Asinha Frango assada
	Ovo grelhado	Carne de panela	Frango grelhado	Ovo mexido	Panqueca de carne
	Macarrão	Omelete de forno	Calabresa acebolada	Frango com molho	Picadinho com batatas
	Feijão branco	Aipim	Macarrão	Polenta	Macarrão
	Repolho marinado	Batata palha	Brócolis ref	Repolho ref	Molho ao sugo
	Batata doce	Mix de legumes	Abóbora refogada	Batata refogada	Mix de legumes
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Chuchu	Tomate	Cenoura crua	Tomate
	Cenoura coz	Mix de sementes	Cenoura coz	Beterraba coz	Beterraba coz
	Pepino	Brócolis	Pepino	Picles	Pepino
	Beterraba coz	Laranja	Ovo cozido	Abacaxi	Azeitona
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Laranja e maçã	Manga e melão	Maça e laranja	Gelatina	Flã de baunilha

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal – Educação Infantil 12 a 16 / 05

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Frango com molho	Risoto	Arroz com legumes	Carne de panela	Arroz integral
	Ovo grelhado	Estrogonofe de frango	Bolonhesa	Ovo mexido	Asinha Frango assada
	Macarrão	Carne de panela	Frango grelhado	Frango com molho	Picadinho com batatas
	Batata doce	Aipim	Brócolis ref	Batata refogada	Macarrão
	Farofa	Mix de legumes	Macarrão	Polenta	Creme de milho
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Chuchu	Tomate	Brócolis	Tomate
	Cenoura coz	Mix de sementes	Cenoura coz	Picles	Beterraba coz
	Beterraba coz	Brócolis	Beterraba coz	Cenoura crua	Pepino
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Laranja e maçã	Manga e melão	Maça e laranja	Banana e abacaxi	Gelatina

