

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - Ensino Fundamental 14 a 18 de julho					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão vermelho
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Farofa	Farofa	Arroz integral	Arroz carreteiro
	Farofa	Risotinho	Feijoadinha	Farofa	Farofa
	Suíno assado	Picadinho bovino	Bolonhesa turbinada	Carne de panela	Frango empanado
	Frango cremoso	Bolinho de peixe	Frango grelhado	Panqueca de frango	Carne bovina em tiras
	Ovo grelhado	Polenta	Legumes c/molho vermelho	Ovo mexido	Batata palha
	Macarrão	Repolho ref	Macarrão	Pure de Aipim	Macarrão
	Brócolis refogado	Batata doce	Molho branco	Chuchu ref	Mix de legumes
	Cabotiá assada	Milho ref	Lentilha	Abobrinha grelhada	Couve verde ref
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Azeitona	Beterraba coz	Pepino agri-doce
	Cenoura crua	Picles	Cenoura coz	Cenoura cru	Tomate
	Pepino	Abobrinha	Pepino	Laranja	Beterraba crua
	Manga	Grão de bico	Tomate	Mix de sementes	Ovo cozido
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Laranja e maçã	Gelatina	Banana e melancia	Gelatina	Pudim de chocolate

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal – Educação Infantil 14 a 18 de julho					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Frango cremoso	Picadinho bovino	Bolonhesa turbinada	Farofa	Carne bovina em tiras
	Ovo grelhado	Bolinho de peixe	Frango grelhado	Carne de panela	Frango empanado
	Brócolis refogado	Polenta	Legumes c/molho vermelho	Panqueca de frango	Macarrão
	Cabotiá assada	Batata doce	Macarrão	Pure de Aipim	Mix de legumes
	Macarrão	Milho ref	Lentilha	Abobrinha grelhada	Couve verde ref
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba coz	Cenoura coz	Beterraba coz	Beterraba crua
	Cenoura crua	Grão de bico	Pepino	Cenoura cru	Tomate
	Pepino	Repolho	Tomate cereja	Mix de sementes	Laranja
Suco Int.	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Laranja e manga	Maça e bananas	Tangerina e melão	Laranja e maçã	Pudim de chocolate

