

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio Quinzenal - Ensino Fundamental 04 a 08 de agosto					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz integral	Risotinho	Arroz integral	Arroz c/frango em cubos	Arroz integral
	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa
	Carne bovina em tiras	Carne de panela	Bolonhesa	Picadinho bovino	Tutu de feijão
	Frango cremoso	Suíno assado	Bolinho de peixe	Nhoque ao sugo	Frango empanado
	Ovo grelhado	Legumes e molho vermelho	Frango grelhado	Polenta	Moída turbinada
	Macarrão	Aipim	Macarrão	Batata palha	Molho branco
	Brócolis refogado	Lentilha	Purê de cabotiá	Mix de legumes	Macarrão
	Batata doce	Couve verde	Chuchu ref	Abobrinha	Repolho ref
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba cozida	Tomate	Beterraba cozida	Tomate
	Milho	Vinagrete de grão de bico	Cenoura cozida	Brócolis	Cenoura crua
	Pepino	Cenoura crua	Abobrinha	Pepino	Tabule
	Mix de sementes	Laranja	Granola salgada	Ovo cozido	Couve flor
Suco Int.	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
Sobremesa	Maça e tangerina	Gelatina	Melão e Manga	Gelatina	Banana Maça

Matriarca Lanchonete e Restaurante 2025 – Cardápio - EDUCAÇÃO INFANTIL Ensino Fundamental 04 a 08 de agosto					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Opções quentes	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão vermelho	Feijão carioca	Feijão preto
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Carne bovina em tiras	Carne de panela	Bolonhesa	Farofa	Tutu de feijão
	Frango cremoso	Suíno assado	Bolinho de peixe	Picadinho bovino	Frango empanado
	Ovo grelhado	Legumes e molho vermelho	Frango grelhado	Nhoque ao sugo	Moída turbinada
	Macarrão	Aipim	Macarrão	Polenta	Molho branco
	Brócolis refogado	Risotinho	Purê de cabotiá	Mix de legumes	Macarrão
	Batata doce	Couve verde	Chuchu ref	Abobrinha	Repolho ref
Opções frias	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface
	Tomate	Beterraba cozida	Tomate	Beterraba cozida	Tomate
	Milho	Grão de bico	Cenoura cozida	Brócolis	Cenoura crua
	Pepino	Cenoura crua	Abobrinha	Pepino	Tabule
	Mix de sementes	Laranja	Granola salgada	Ovo cozido	Couve flor
Suco Int.	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
Sobremesa	Maça e tangerina	Banana e melancia	Melão e Manga	Mamão e banana	Banana Maça