

CARDÁPIO
Mensal Fevereiro
Matriarca lanchonete e restaurante



	Segunda-feira 02/02/2026	Terça-feira 03/02/2026	Quarta-feira 04/02/2026	Quinta-feira 05/02/2026	Sexta-feira 06/02/2026
OPÇÕES QUENTES	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão preto Macarrão Farofa Moída turbinada Frango com molho Bolinho de peixe assado Mix de legumes Cabotiá assada com alecrim	Não haverá aula	Arroz parboilizado Risotinho Feijão preto Macarrão Farofa Frango assado Picadinho bovino com batata Ovo mexido com legumes Brócolis refogado Lentilha	Arroz parboilizado Arroz com lentilha Feijão carioca Farofa Bolonhesa Frango grelhado Polenta cremosa Couve verde Ovo mexido Legumes ao molho branco	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão preto Farofa Suíno grelhado Carne bovina de panela Banana assada com canela Macarrão Aipim assado Milho na espiga
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura cozida Milho Pepino		Alface Cenoura cozida Tomate com manjericão Beterraba cozida Laranja	Alface Milho Beterraba cozida Brócolis Melancia	Alface Ervilha Ovo cozido Cenoura ralada Vinagrete
SUCO INTEGRAL	Laranja		Uva	Laranja	Uva
SOBREMESA/ FRUTA	Banana e maçã		Melancia	Gelatina , laranja e maçã	Gelatina

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!



F.A ASSESSORIA
ASSESSORIA DE NUTRIÇÃO
EM RESTAURANTES E
LANCHONETES

Nutr. Me. Fernanda Ayala
CRN10:9471

CARDÁPIO
Mensal Fevereiro
Matriarca lanchonete e restaurante



	Segunda-feira 09/02/2026	Terça-feira 10/02/2026	Quarta-feira 12/01/2025	Quinta-feira 11/02/2026	Sexta-feira 13/02/2026
OPÇÕES QUENTES	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão preto Farofa Frango grelhado Bolonhesa Macarrão Ovo grelhado Legumes ao molho vermelho Purê de abóbora	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão carioca Farofa Suíno grelhado Picadinho bovino com batata Brócolis refogado Polenta cremosa Lentilha Mix de legumes	Arroz parboilizado Arroz com legumes Feijão preto Farofa Macarrão Ovo mexido Peixe desfiado com limão Frango ao molho cremoso Batata doce cozida Couve verde ao alho	Arroz parboilizado Risotinho Feijão carioca Farofa Carne bovina de panela Frango grelhado Molho ao sugo Aipim Creme de milho Abobrinha refogada	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão preto Farofa Frango empanado Moída turbinada Molho quatro queijos Macarrão Batata solté Cenoura com alho poró
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura crua Ervilha Granola salgada	Alface Pepino Chuchu com cebolinha Beterraba cozida Melão	Alface Cenoura cozida Tomate com manjericão Vinagrete de grão de bico Couve flor	Alface Ervilha Beterraba cozida Brócolis Melancia	Alface Tomate Pepino agrioce Vagem Salada de frutas
SUCO INTEGRAL	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
SOBREMESA/ FRUTA	Laranja e maçã	Gelatina , melão e goiaba	Banana e laranja	Gelatina , melancia e maçã	Pera, banana e pudim de chocolate

Itens em vermelho não são ofertados para a Educação Infantil!



F.A ASSESSORIA
ASSESSORIA DE NUTRIÇÃO
EM RESTAURANTES E
LANCHONETES

Nutr. Me. Fernanda Ayala
CRN10:9471

CARDÁPIO
Mensal Fevereiro
 Matriarca lanchonete e restaurante



	Segunda-feira 16/02/2026	Terça-feira 17/02/2026	Quarta-feira 18/02/2026	Quinta-feira 19/02/2026	Sexta-feira 20/02/2026
OPÇÕES QUENTES	Recesso de Carnaval	Terça de Carnaval	Arroz parboilizado Risotinho Feijão preto Farofa Macarrão Ovo grelhado Bolonhesa Milho refogado Batata doce assada Banana assada com canela	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão carioca Farofa Lasanha de carne Sobrecoxa de frango refogada Peixe empanado Purê de aipim Legumes grelhados Lentilha	Arroz parboilizado Arroz Feijão preto Farofa Frango grelhado Almondegas caseiras Macarrão Ovo mexido Lentilha Abóbora refogada
OPÇÕES FRIAS			Alface Pepino Repolho roxo Cenoura ralada Grão de bico	Alface Tomate com manjericão Beterraba cozida Ovo cozido Laranja	Alface Ervilha Tabule Brócolis Cenoura ralada
SUCO INTEGRAL			Laranja	Uva	Laranja
SOBREMESA/ FRUTA			Gelatina , banana e manga	Gelatina , melancia e goiaba	Maçã e melão

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!



F.A ASSESSORIA
ASSESSORIA DE NUTRIÇÃO
EM RESTAURANTES E
LANCHONETES

Nutr. Me. Fernanda Ayala
 CRN10:9471

	Segunda-feira 23/02/2026	Terça-feira 24/02/2026	Quarta-feira 25/02/2026	Quinta-feira 26/02/2026	Sexta-feira 27/02/2026
OPÇÕES QUENTES	Arroz Arroz carreteiro Feijão preto Macarrão Farofa Ovo mexido Bolonhesa Frango grelhado Mix de legumes Purê de cabotiá	Arroz Risotinho Feijão carioca Farofa Suíno assado Ragu de carne bovina Brócolis refogada Polenta cremosa Abobrinha espaguete Batata refogada	Arroz Arroz com legumes Feijão preto Farofa Bolinho de peixe assado Grango ao molho com milho Ovo grelhado Macarrão Batata doce assada Couve verde ao alho	Arroz Arroz integral Feijão carioca Farofa Carne bovina de panela Frango grelhado Nhoque ao sugo Aipim Creme de milho Mix de repolho refogado	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão preto Farofa Frango ao molho Ovo mexido Suíno grelhado Macarrão Mix de legumes Abóbora refogada
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura crua Ervilha Granola salgada	Alface Pepino Chuchu com cebolinha Beterraba cozida Manga	Alface Cenoura cozida Tomate com manjericão Vinagrete com grão de bico Couve flor	Alface Ervilha Beterraba cozida Brócolis Melão	Alface Tomate Picles Cenoura crua Ovo de codorna
SUCO INTEGRAL	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
SOBREMESA/ FRUTA	Laranja e maçã	Gelatina , melão e manga	Banana e laranja	Gelatina , melancia e maçã	Laranja e maçã

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!



F.A ASSESSORIA
ASSESSORIA DE NUTRIÇÃO
EM RESTAURANTES E
LANCHONETES

Nutr. Me. Fernanda Ayala
CRN10:9471