

CARDÁPIO
Mensal Maio
 Matriarca lanchonete e restaurante



	Segunda-feira 04/05/2026	Terça-feira 05/05/2026	Quarta-feira 06/05/2026	Quinta-feira 07/05/2026	Sexta-feira 08/05/2026
OPÇÕES QUENTES	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Moída turbinada Sobrecoxa de frango ao molho Macarrão Batata doce assada Creme de milho Brócolis e couve flor refogados	Arroz com legumes Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Picadinho bovino Suíno Grelhado Ovo mexido Purê de aipim Lentilha Mix de legumes	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Frango grelhado Peixe desfiado Molho bolonhesa Macarrão Batata rústica Abobrinha refogada	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Panqueca de frango Carne de panela Polenta cremosa Molho quatro queijos Abóbora refogada Vagem ao alho	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Frango assado Estrogonofe de carne Ovo grelhado Macarrão Legumes ao molho vermelho Batata Palha
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Pepino Cenoura cozida Vagem	Alface Beterraba cozida Couve verde Vinagrete de grão de bico Melancia	Alface Chuchu Cenoura crua Couve verde Ervilha	Alface Tomate Pepino Beterraba cozida Abacaxi	Alface Ovo cozido Cenoura cozida Picles Mix de sementes
SUCO INTEGRAL	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
SOBREMESA/ FRUTA	Maçã e melão	Gelatina e melancia	Banana e tangerina	Gelatina e abacaxi	Melancia e banana

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 Maio
 Matriarca lanchonete e restaurante



	Segunda-feira 11/05/2026	Terça-feira 12/05/2026	Quarta-feira 13/05/2026	Quinta-feira 14/05/2026	Sexta-feira 15/05/2026
OPÇÕES QUENTES	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Frango grelhado Picadinho bovino com batatas Macarrão Abóbora refogada Mix de legumes Granola salgada	Arroz com legumes Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Sobrecoxa de frango ao molho Carne bovina em tiras Polenta cremosa Repolho refogado Ovo mexido Vagem refogada	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Peixe empanado Carne de panela Aipim assado Macarrão Cenoura ao alho-poró Brócolis refogado	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Frango grelhado Bolonhesa Nhoque ao sugo Polenta Cabotiá assada Lentilha	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Frango ao molho cremoso Mix de carnes grelhadas Macarrão Creme de milho Purê de batata Mix de legumes
OPÇÕES FRIAS	Alface Brócolis Cenoura crua Pepino Beterraba cozida	Alface Tomate Cenoura cozida Brócolis Melão	Alface Couve-flor Ovo cozido Beterraba cozida Milho	Alface Tomate Pepino Cenoura crua Salada de frutas	Alface Beterraba cozida Vagem Milho Vinagrete
SUCO INTEGRAL	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
SOBREMESA/ FRUTA	Laranja e maçã	Gelatina e melão	Laranja e banana	Gelatina , pera e tangerina	Pudim de chocolate

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!



F.A. ASSESSORIA
 ASSESSORIA DE NUTRIÇÃO
 EM RESTAURANTES E
 LANCHONETES

Nutr. M^o. Fernanda Ayala
 CRN10:9471

CARDÁPIO
Mensal Maio
 Matriarca lanchonete e restaurante



	Segunda-feira 18/05/2026	Terça-feira 19/05/2026	Quarta-feira 20/05/2026	Quinta-feira 21/05/2026	Sexta-feira 22/05/2026
OPÇÕES QUENTES	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Almôndegas caseiras Frango grelhado Macarrão Abóbora refogada Ovo mexido Couve-flor ao alho	Arroz com legumes Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Suíno assado com molho Carne de panela Frango desfiado Purê de aipim Lentilha Espaguete de abobrinha	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Sobrecoxa de frango ao molho Peixe desfiado com ervas Macarrão Ovo grelhado Mix de legumes Batata rústica	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Lasanha de carne Frango empanado Polenta Batata doce assada Brócolis Molho ao sugo	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Coxinha de asa de frango assada Moída turbinada Macarrão Legumes assados Molho quatro queijos Feijão branco refogado
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura crua Vagem Milho	Alface Beterraba cozida Pepino Chuchu Melancia	Alface Tomate Couve-flor Cenoura cozida Grão-de-bico	Alface Vagem Vinagrete Beterraba crua Manga	Alface Ervilha Cenoura cozida Beterraba cozida Mix de sementes
SUCO INTEGRAL	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
SOBREMESA/ FRUTA	Maçã e tangerina	Gelatina e melancia	Banana e maçã	Gelatina e manga	Tangerina 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

CARDÁPIO
Mensal Maio
 Matriarca lanchonete e restaurante



	Segunda-feira 25/05/2026	Terça-feira 26/05/2026	Quarta-feira 27/05/2026	Quinta-feira 28/05/2026	Sexta-feira 29/05/2026
OPÇÕES QUENTES	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Frango grelhado Bolonhesa Macarrão Ovo mexido Purê de abóbora Granola salgada	Arroz com legumes Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Peixe empanado Carne de panela Molho ao sugo Aipim Lentilha Batata doce	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Suíno grelhado Frango ao molho Ovo grelhado Polenta Brócolis e couve-flor refogados Mix de legumes	Arroz integral Arroz parboilizado Feijão Carioca Farofa Panqueca de carne Mix de carnes grelhadas Molho quatro queijos Milho refogado Batata sauté Caponata de abobrinha e berinjela	Arroz branco Arroz parboilizado Feijão Preto Farofa Picadinho bovino com batata Frango empanado Ovo mexido Macarrão Espaguete de abobrinha Vagem refogada
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura crua Pepino Mix de repolhos	Alface Beterraba Chuchu Vagem Melão	Alface Tomate Cenoura cozida Milho Pepino	Alface Beterraba crua Vinagrete de feijão branco Ervilha Melancia	Alface Tomate Brócolis Ovo cozido Pepino
SUCO INTEGRAL	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
SOBREMESA/ FRUTA	Laranja e maçã	Gelatina e melão	Banana e pera	Gelatina e melancia	Bolinho de cacau

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