



F.A ASSESSORIA

# Cardápio mensal JULHO

Matriarca lanchonete e restaurante



01/07 a 03/07	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Opções quentes			Arroz parboilizado Arroz branco Feijão preto <b>Farofa</b> Panqueca de frango Picadinho bovino com batata Ovo grelhado Macarrão Lentilha Brócolis e couve-flor refogados	Arroz parboilizado Risotinho Feijão carioca <b>Farofa</b> Carne de panela Suíno assado ao molho Frango grelhado Aipim Legumes ao molho vermelho Creme de milho	Arroz parboilizado Arroz com legumes Feijão preto Farofa <b>Frango empanado</b> Carne bovina em tiras ao molho Macarrão Batata-doce assada Cenoura com alho-poró Omelete de forno
Opções frias			Alface Tomate Cenoura cozida Chuchu com cebolinha Couve verde	Alface Beterraba crua Pepino Vagem Melão	Alface Tomate Cenoura crua Brócolis Ovo cozido
Suco integral			Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa			Banana e mamão	Melão e <b>gelatina</b>	Manga e maçã

**Itens em vermelho não são oferecidos para Educação Infantil!**



F.A ASSESSORIA

# Cardápio mensal JULHO

Matriarca lanchonete e restaurante



06/07 a 10/07	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Opções quentes	Arroz parboilizado Arroz branco Feijão preto <b>Farofa</b> Macarrão Frango ao molho com milho e ervilha Ovo mexido Carne moída turbinada Cabotiá assada com alecrim Mix de legumes	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão carioca <b>Farofa</b> Frango grelhado Picadinho bovino Polenta Batata rústica Brócolis no vapor Cenoura com alho-poró	Arroz parboilizado Arroz com legumes Feijão preto <b>Farofa</b> Macarrão Suíno grelhado Frango assado Bolonesa Espaguete refogado Vagem refogada	Arroz parboilizado Risotinho Feijão carioca <b>Farofa</b> Carne de panela Sobrecoxa de frango ao molho Nhoque ao sugo Aipim Ovo grelhado Lentilha	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão preto Farofa Macarrão <b>Frango empanado</b> Peixe refogado Molho quatro queijos Batata-doce assada Legumes ao molho vermelho
Opções frias	Alface Tomate Cenoura crua Beterraba cozida Pepino	Alface Milho Vinagrete de feijão branco Couve-flor Beterraba crua	Alface Tomate Cenoura cozida Pepino Salada de frutas	Alface Beterraba cozida Brócolis Ervilha Repolho	Alface Tomate Cenoura crua Beterraba cozida Ovo cozido
Suco integral	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
Sobremesa	Laranja e maçã	Melancia e <b>gelatina</b>	Banana e pera	Melão e <b>gelatina</b>	Melancia

**Itens em vermelho não são oferecidos para Educação Infantil!**



F.A ASSESSORIA

# Cardápio mensal JULHO

Matriarca lanchonete e restaurante



13/07 a 17/07	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Opções quentes	Arroz parboilizado Arroz branco Feijão preto <b>Farofa</b> Macarrão Frango grelhado Bolonesa Omelete de forno Milho refogado Brócolis no vapor	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão carioca <b>Farofa</b> Carne de panela Frango ao molho Aipim Lasanha de carne Vagem refogada Abóbora refogada	Arroz parboilizado Risotinho Feijão preto Farofa Macarrão <b>Peixe empanado</b> Frango assado Molho ao sugo Ovo grelhado Mix de legumes	Arroz parboilizado Arroz branco Feijão carioca <b>Farofa</b> Picadinho bovino com batata Frango grelhado Polenta cremosa Lentilha Legumes gratinados Batata-doce	Arroz parboilizado Arroz com legumes Feijão preto Farofa Macarrão Estrogonofe de frango Suíno grelhado Molho bolonesa <b>Batata palha</b> Aipim assado
Opções frias	Alface Tomate Pepino Cenoura cozida Grão-de-bico	Alface Beterraba cozida Couve-flor Ervilha Laranja	Alface Tomate Pepino Couve verde Cenoura crua	Alface Beterraba crua Vagem Milho Couve-flor	Alface Tomate Abobrinha Cenoura cozida Brócolis
Suco integral	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
Sobremesa	Banana e maçã	Manga, laranja e <b>gelatina</b>	Melão e tangerina	Pera, maçã e <b>gelatina</b>	<b>Gelatina</b>

**Itens em vermelho não são oferecidos para Educação Infantil!**



F.A ASSESSORIA

# Cardápio mensal JULHO

Matriarca lanchonete e restaurante



20/07 a 24/07 <b>Colônia de férias</b>	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Opções quentes</b>	Arroz parboilizado Arroz branco Feijão preto Farofa Macarrão Sobrecoxa de frango ao molho Carne moída turbinada Polenta cremosa Mix de legumes Abóbora refogada	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão carioca Farofa Nhoque ao sugo Carne de panela Frango grelhado Purê de aipim Brócolis refogado Batata-doce assada	Arroz parboilizado Risotinho Feijão preto Farofa Macarrão Frango assado Suíno grelhado Molho bolonhesa Batata rústica Vagem refogada	Arroz parboilizado Arroz branco Feijão carioca Farofa Frango com molho Peixe empanado Panqueca de carne Polenta assada Legumes grelhados Lentilha	Arroz parboilizado Arroz com legumes Feijão preto Farofa Macarrão Picadinho bovino Frango grelhado Ovo mexido Batata palha Cenoura com alho-poró
<b>Opções frias</b>	Alface Tomate Cenoura crua Vagem Pepino	Alface Beterraba cozida Vinagrete Couve-flor Manga	Alface Cenoura crua Ervilha Tomate Repolho	Alface Beterraba cozida Pepino Grão-de-bico Melão	Alface Tomate Chuchu com cebolinha Brócolis Milho
<b>Suco integral</b>	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
<b>Sobremesa</b>	Banana e maçã	Gelatina	Laranja e mamão	Gelatina	Gelatina

**Itens em vermelho não são oferecidos para Educação Infantil!**



F.A ASSESSORIA

# Cardápio mensal JULHO

Matriarca lanchonete e restaurante



27/07 a 30/07 <b>Colônia de férias</b>	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Opções quentes</b>	Arroz parboilizado Arroz branco Feijão preto Farofa Frango grelhado Bolonesa Macarrão Ovo grelhado Abobrinha refogada Mix de legumes	Arroz parboilizado Risotinho Feijão carioca Farofa Peixe refogado Carne de panela Panqueca de frango Aipim Batata refogada Repolho marinado	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão carioca Farofa Picadinho bovino Suíno grelhado Macarrão Ovo mexido Purê de abóbora Brócolis refogado	Arroz parboilizado Arroz integral Feijão carioca Farofa Lasanha de carne Frango grelhado Molho bolonesa Aipim Chuchu refogado Batata assada	<b>Não haverá colônia de férias</b>
<b>Opções frias</b>	Alface Tomate Brócolis Vagem Pepino	Alface Beterraba cozida Ovo cozido Cenoura crua Melão	Alface Tomate Pepino Couve verde Couve-flor	Alface Beterraba cozida Ovo cozido Vagem Milho	
<b>Suco integral</b>	Laranja	Uva	Laranja	Uva	
<b>Sobremesa</b>	Banana e maçã	Gelatina	Laranja e pera	Gelatina	

**Itens em vermelho não são oferecidos para Educação Infantil!**