

Cardápio Almoço AMPLIADA E ACADÊMICO - JULHO /2026

	Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Salada 3	Suco	Sobremesa
	Prato Principal		Guarnição		Saladas				

Segunda

Terça

Quarta	1	Filé de frango grelhado	Feijoada light / carne moída refogada	Farofa de mandioca / Banana a milanesa	Couve manteiga refogada	Alface / Tomate	Abobrinha temperada	Laranja fatiada	Melancia	Banana
--------	---	----------------------------	--	---	-------------------------	--------------------	------------------------	-----------------	----------	--------

Quinta	2	File de frango empanado	Bife grelhado	Creme de milho	Nhoque ao sugo	Alface / Tomate	Rucula picadinha	Maionese de batata com cenoura	Laranja	Melancia
--------	---	----------------------------	---------------	----------------	----------------	--------------------	------------------	--------------------------------------	---------	----------

Sexta	3	Salmão assado	PICADINHO DE CARNE (BRASIL)	Purê de batatas	Brócolis com couve-flor refogados	Salada caesar	Tomate cereja	Macarronese de atum (parafuso)	Limão	Gelatina
-------	---	---------------	--------------------------------	-----------------	--------------------------------------	---------------	---------------	-----------------------------------	-------	----------

OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE

Cardápio Almoço ACADÊMICO E AMPLIADA - JULHO /2026

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Salada 3	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas				
Segunda	6	Iscas de file de frango empanado	Bife de panela	Repolho refogado	Fetutine a parisiense	Alface americana e alface romana	Tomate cereja com ovos de codorna	Cenoura ralada crua	Tangerina	Maçã
Terça	7	Iscas de peixe empanado	Carne moída refogada	Batata com cenoura sountê	Risoto de queijo	Alface / Tomate	Salada de chuchu	Rúcula picadinha	Maracujá	Melão
Quarta	8	Filé de frango grelhado	Feijoada light	Farofa/ TACO COM CARNE MOÍDA (MÉXICO)	Couve manteiga refogada/ Banana empanada	Alface / Tomate	Brocolis com couve flor		Uva	Tangerina
Quinta	9	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Sexta	10	EMENDA	EMENDA	EMENDA	EMENDA	EMENDA	EMENDA	EMENDA	EMENDA	EMENDA

Cardápio Almoço ACADÊMICO E AMPLIADA - JULHO /2026

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Salada 3	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas				
Segunda	13	Filé de frango grelhado	Picadinho de carne com cenoura e batata	Bolinho de espinafre	Espaguete alho e óleo / molho de tomate ao sugo	Alface / Tomate	Pepino em rodela	Beterraba crua ralada	Uva	Maçã
Terça	14	File de frango empanado	Bife de panela	Creme de milho	Vagem com cenoura refogados	Alface americana	Tomate cereja com mussarela de bufala	Salada de chuchu	Maracujá	Uva
Quarta	15	Filé de frango grelhado	Feijoada light / carne moída refogada	Farofa de mandioca / Banana a milanesa	Couve manteiga refogada	Alface / Tomate	Abobrinha temperada	Milho verde com palmito	Melancia	Banana
Quinta	16	Filé de frango grelhado	Estrogonofe de carne	Batata palito assada	Chuchu refogado	Alface / Tomate	Escarola fatiada	Beterraba cozida	Laranja	Melancia
Sexta	17	FRIED CHICKEN (Estados unidos)	Bife grelhado	Pure de batatas	Brócolis com couve-flor refogados	Alface crespa	Rúcula com tomate cereja	Cenoura ralada crua	Limão	Bolo de frutas
OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE										

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Salada 3	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas				
Segunda	20	Peito de frango ao molho sugo	Alcatra grelhada	Ovos estalados	Espaguete alho e óleo	Alface / Tomate	Milho com ervilha	Maionese de legumes	Manga	Banana
Terça	21	Filé de peixe assado	Bife de panela	Espinafre refogado	Arroz de forno	Alface americana / Tomate	Abobrinha	Beterraba ralada	Maracujá	Melão
Quarta	22	Filé de frango grelhado / carne móida	Feijoada light	Farofa de mandioca / Banana a milanesa	Couve manteiga refogada	Alface / Tomate	Rúcula com tomate cereja	Ovos cozidos	Uva	Tangerina
Quinta	23	Sobrecoxa desossada assada	Bolo de carne móida	Batata krinkle assada	Lasanha mussarela a bolonhesa	Alface / Tomate	Salada de chuchu	Agrião	Laranja	Maçã
Sexta	24	Filé de peixe assado	Picanha grelhada	MAC & CHEESE (CANADA)	Brócolis com couve flor	Alface / Tomate	Macarronese de atum	Cenoura ralada	Limão	Gelatina
OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE										

Cardápio Almoço ACADÊMICO E AMPLIADA - JULHO /2026

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Salada 3	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas				

Segunda	27	Filé de frango empanado assado	Bife de panela	Creme de milho	Parafuso alho e óleo	Alface americana	Tomate cereja com mussarela de bufala palmito e manjerição		Tangerina	Maçã
Terça	28	Filé de frango a parmegiana	Carne moída refogada	Vagem com cenoura refogados	Espaguete alho e óleo	Tomate em rodela	Salada Caesar		Maracujá	Melão
Quarta	29	Filé de frango grelhado / ovos estalados	Feijoada light	farofa	Couve manteiga refogada Banana empanada	Alface / Tomate	Brocolis com couve flor	Laranja fatiada	Uva	Tangerina
Quinta	30	Fricassê de frango	Bife grelhado	Batata smille	Panqueca de carne e panqueca de queijo	Alface / Tomate	Rúcula picadinha	Cenoura cozida	Laranja	Salada de fruta
Sexta	31	Salmão assado	Bife grelhado	Pure de batatas	Brócolis com couve-flor refogados	Alface crespa	Rúcula com tomate cereja	Cenoura ralada crua	Limão	Bolo de frutas

OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE