



CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – JULHO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	30	1	2	3	4
SALADAS 7 TIPOS	2 Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada Milho Tabule	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada Abobrinha Maionese de batata	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Cebola roxa Pepino em conserva Maionese verde	2 Saladas de folhas Tomate Sunomomo Broto de feijão Cenoura cozida Macarronese	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu Salada mista Grão de bico
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz biro biro Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz de forno Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Penne	Espaguete	Espaguete	Fusilli
MOLHOS	Sugo	Madeira	Sugo	Sugo	Bechamel
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Legumes na manteiga de ervas	Bolinho de arroz assado Minestra	Batata palito Ovo frito	Farofa Polenta cremosa	Bouquet de brócolis Batata palha
CARNES 2 TIPOS	Lasanha de carne	Coxa e sobrecoxa assada crocante	Frango grelhado com molho inglês	Coxinha da asa assada	Fricassê de frango
	Iscas de frango grelhada	Iscas de carne com molho madeira	Pão tipo brioche Hamburguer caseiro Queijo prato	Carne de panela com molho	Carne moída refogada com legumes



CARDÁPIO BUFFET- UNIDADE ESCOLAR EIC - JULHO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	7	8	9	10	11
SALADAS 7 TIPOS	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada Pepino em conserva Salada de batata	2 Saladas de folhas Tomate Repolho branco Cenoura cozida Milho Salpicão de legumes	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada Beterraba cozida Manga e melão Macarroneise	2 Saladas de folhas Tomate Brócolis Broto de feijão Maionese de batata doce	2 Saladas de folhas Tomate Ovo Beterraba Sunomomo Salada de lentilha
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz à grega Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Caracolino	Fuzilli	Espaguete	Penne	Espaguete
MOLHO	Sugo	Sugo	Branco	Ferrugem	Molho de queijos
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata rustica	Farofa Purê de batata	Panaché de legumes salteados Canja	Farofa com crôtons Ovo cozido	Farofa colorida Couve flor gratinada
CARNES 2 TIPOS	Estrogonofe de carne	Filé de frango à parmegiana	Panqueca de carne	Tatu assado com molho ferrugem	Bife acebolado
	Iscas de frango com legumes refogados	Almondegas caseira assada	Coxa e sobrecoxa assada à Mexicana	Linguiça assada	Coxinha da asa assada



CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – JULHO 2025

	SEGUNDA FEIRA 28	TERÇA FEIRA 29	QUARTA FEIRA 30	QUINTA FEIRA 31	SEXTA FEIRA 1
SALADAS 7 TIPOS	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Milho Beterraba ralada Broto de feijão	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura ralada Ervilha Salada de trigo	2 Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada Ervilha Macarronese	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada Abobrinha Maionese de batata	2 Saladas de folhas Tomate Brócolis Couve flor Cenoura ralada Homus
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz com brócolis Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Fusilli	Espaguete	Caracolino	Espaguete
MOLHO	Sugo	Bechamel	Sugo	Pesto	Sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Creme de milho	Farofa Legumes refogados	Farofa Pirão	Farofa Beringela à parmegiana	Farofa Lentilha
CARNES 2 TIPOS	Filé de frango à dorê (forno)	Lasanha de carne	Filé de peixe à milanesa	Carne de panela assada	Kibe de forno
	Bife acebolado	Iscas de frango grelhada	Carne à bolonhesa	Sobrecoxa assada com mostarda	Coxinha da asa assada



ATENÇÃO INTOLERANTES OU ALÉRGICOS:

Preparações com leite: panqueca, estrogonofe, creme de milho, purê de batata.

Preparações com ovos: panqueca, bolinho de espinafre.

Preparações com trigo: frango à milanesa, file de peixe, bolinho de espinafre, panqueca, almôndegas, hambúrguer, pirão.

CONSIDERAÇÕES

Informamos que o cardápio poderá passar por pequenas modificações devido à disponibilidade dos gêneros alimentícios.

Utilizamos os seguintes folhosos: alface americana, alface crespa e lisa, rúcula e agrião.

As Saladas cruas e cozidas variam: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho, brócolis, couve flor, repolho.

Os Legumes servidos são: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, chuchu, abóbora, berinjela, vagem.

As preparações com frango são sem pele e sem osso, exceto coxinha da asa.