



CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2025

	SEGUNDA FEIRA 4	TERÇA FEIRA 5	QUARTA FEIRA 6	QUINTA FEIRA 7	SEXTA FEIRA 8
SALADAS 7 tipos	2 tipos de folhas Tomate Pepino Cenoura ralada Beterraba ralada Salada de repolho com maça	2 tipos de folhas Tomate Cenoura ralada Vagem Antepasto de beringela - torradas Pepino em conserva	2 tipos de folhas Tomate Cenoura cozida Milho Beterraba com cebola Maionese de batata	2 tipos de folhas Tomate Beterraba cozida Brócolis Cenoura cozida Salpicão de legumes	2 tipos de folhas Tomate Couve flor Beterraba ralada Cenoura ralada Salada de quinoa
ARROZ ARROZ INTEGRAL FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz à grega Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSA	Espaguete	Penne	Espaguete	Fuzilli	Espaguete
MOLHO	Barbecue	Madeira	Sugo	Sugo	Sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata rústica Batata palha	Farofa amarela Purê de batata	Canja Bolinho de arroz assado	Farofa colorida Legumes salteados na manteiga	Farofa Ovo cozido
CARNES 2 tipos	Estrogonofe de carne	Iscas de frango com legumes	Bife acebolado	Yakisoba de carne	Carreteiro
	File mignon suíno assado	Almondegas de carne	Coxinha da asa assada	Coxa e sobrecoxa assada	File de frango grelhado

CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2025

	SEGUNDA FEIRA 11	TERÇA FEIRA 12	QUARTA FEIRA 13	QUINTA FEIRA 14	SEXTA FEIRA 15
SALADAS 7 TIPOS	2 tipos de folhas Tomate Cebola roxa Cenoura cozida Beterraba ralada Sunomomo	2 tipos de folhas Tomate Beterraba ralada Couve flor Milho Macarronese	2 tipos de folhas Tomate Brócolis Abobrinha Cenoura ralada com couve Salpicão de legumes	2 tipos de folhas Tomate Pepino Beterraba cozida Cenoura ralada Repolho com maça	2 tipos de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu com milho Cebola em conserva Maionese de batata
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz com brócolis Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz biro biro Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Caracolino	Penne	Espaguete	Fusilli
MOLHOS	Sugo	Madeira	Sugo	Sugo	Pesto
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Polenta cremosa	Farofa Legumes na manteiga	Farofa Batata palito assada Batata palha	Minestra Polenta palito	Farofa colorida Creme de milho
CARNES 2 TIPOS	Coxinha da asa assada	Panqueca de carne	Estrogonofe de frango	Coxa e sobrecoxa crocante	Frango à milanesa assado no forno
	Carne de panela com batata	Frango grelhado	Isclas de carne com molho madeira	Carne moída ao sugo	Carne assada fatiada

CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	18	19	20	21	22
SALADAS 7 TIPOS	2 tipos de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura cozida Repolho roxo Salada de quinoa	2 tipos de folhas Tomate Repolho branco Cenoura ralada Brócolis Maionese de batata	2 tipos de folhas Tomate Cenoura ralada Pepino Beterraba cozida Salada de grão de bico	2 tipos de folhas Tomate Cenoura ralada Vagem Guacamole Pepino em conserva	2 tipos de folhas Tomate Cenoura cozida Milho Beterraba com cebola Maionese de batata
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Penne	Espaguete	Fusilli	Espaguete	Caracolino
MOLHO	Ferrugem	Sugo	Sugo	Bechamel	Barbecue
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Couve flor gratinada	Farofa amarela Pirão	Farofa Batata salteada	Legumes na manteiga com ervas	Farofa Batata doce caramelada
CARNES 2 TIPOS	Yakisoba de frango	Hambúrguer caseiro assado	Panqueca de frango	Lasanha de carne	File mignon suíno assado com abacaxi
	Carne assada e linguiça assada	Filé de peixe à dorê (forno)	Carne assada recheada	Coxinha da asa assada	Escalopes acebolado

CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2025

	SEGUNDA FEIRA 25	TERÇA FEIRA 26	QUARTA FEIRA 27	QUINTA FEIRA 28	SEXTA FEIRA 29
SALADAS 7 TIPOS	2 tipos de folhas Tomate Cenoura cozida Beterraba ralada Abobrinha ralada Pepino em conserva	2 tipos de folhas Tomate Beterraba cozida Ovo cozido Chuchu Sunomomo	2 tipos de folhas Tomate Brócolis Milho Broto de feijão Maionese de batata	2 tipos de folhas Tomate Cenoura ralada Caponata de beringela Torradas Beterraba com cebola Couve flor	2 tipos de folhas Tomate Pepino Cenoura cozida Salada de lentilha Repolho com molho
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Penne	Espaguete	Caracolino	Fuzilli
MOLHO	Madeira	Sugo	Sugo	Bechamel	Sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Canja	Farofa Polenta cremosa	Farofa Purê de batata	Farofa Creme de milho	Farofa com legumes Nhoque
CARNES 2 TIPOS	Coxinha da asa assada	Frango ensopado	Almôndegas caseiras assada	Filé de frango à dorê (forno)	Coxa e sobrecoxa assada
	Cubos de carne com molho	Iscas refogadas	Filé de frango grelhado	Cubos de carne com molho ferrugem	Carne à bolonhesa



ATENÇÃO INTOLERANTES OU ALÉRGICOS:

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

Preparações com ovos: panqueca, bolinho de arroz.

Preparações com trigo: frango à milanesa, bolinho de arroz, 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.