

Cardápio

Prato Principal



22/07/2024
SEGUNDA

Isca de carne
acebolada

Frango assado ao
molho

Peixe ao molho de
camarão

Frango grelhado

Refogado de
vegetais com
quinoa e ovos

Yakissoba
vegetariano

23/07/2024
TERÇA

Vaca atolada

Frango assado com
tomate cofit e
pesto

Pernil ao molho
barbecue

Frango grelhado

Risoto de brócolis
com queijo e soja

Moqueca de
vegetais com
palmito, castanha e
soja

24/07/2024
QUARTA

Carne assada ao
molho de café

Frango à
passarinha

Vatapá de peixe

Frango grelhado

Fritata de vegetais

Guisado de grão
de bico

25/07/2024
QUINTA

Almôndega ao
molho sugo

Empadão

Filé suíno ao
molho de laranja

Frango grelhado

Berinjela
recheada com
ervilha e queijo
gratinado

Espaguete com
abobrinha e
ervilha ao sugo

26/07/2024
SEXTA

Escondidinho de
costela

Frango assado na
crosta de ervas

Peixe à
portuguesa

Frango grelhado

Bife de soja ao
sugo e queijo

Almôndega de
soja ao sugo

Cardápio

Guarnições e

Acompanhamentos



27/05/2024
SEGUNDA

28/05/2024
TERÇA

29/05/2024
QUARTA

30/05/2024
QUINTA

31/05/2024
SEXTA

Mix de repolho com
passas

Couve flor temperada

Chuchu refogado

Cenoura com ervilhas

Refogado de repolho
branco, couve
manteiga

Abóbora assada

Canelone de carne
de sol

Batata rústica

Macarrão ao pesto

Nhoque

Tempurá de couve

Caponata de berinjela

Legumes à provençal

Batata rosti

Couve flor gratinado

Macarrão alho é óleo

Queijo minas
empanado

Pastel de queijo e
presunto

Purê de abóbora

Banana empanada

Cuscuz temperado

Farofa rica

Farofa de passas e
cebola

Farofa de ovos

Farofa acebolada

Arroz com alho
poró

Arroz com milho

Arroz com letinha

Arroz com pequi

Arroz colorido

Arroz branco

Arroz branco

Arroz branco

Arroz branco

Arroz branco

Arroz integral

Arroz integral

Arroz integral

Arroz integral

Arroz integral

Feijão carioca

Feijão carioca

Feijão carioca

Feijão carioca

Feijão carioca

Feijão preto

Feijão preto

Feijão preto

Feijão preto

Feijão preto

Cardápio

Saladas



27/05/2024
SEGUNDA

Agrião com manga

Alface crespa com
tomate seco

Beterraba ralada

Salada de feijão
fradinho

Salada fantasia
(queijo minas, chuchu,
milho, azeite e passas)

Salpicão de frango

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de alho

Molho de pimenta

28/05/2024
TERÇA

Alface crespa com agrião

Hakussai

Cenoura ralada com
gergelim e castanha

Salada de broto de feijão

Salada pickles
(pepino, couve flor e
cenoura)

Salpicão de frango

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de ervas finas

Molho de pimenta

29/05/2024
QUARTA

Alface lisa

Alface crespa com
mostarda

Pepino com gergelim

Salada de quinoa

Salada napolitana
(macarrão penne, ovo,
tomate, azeitona preta e
salsa)

Salpicão de frango

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de salsa

Molho de pimenta

30/05/2024
QUINTA

Alface americana com
rúcula

Repolho branco com
gergelim preto

Berinjela com pimentões

Salada de grão de bico

Picles de rabanete

Salpicão de frango

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho chipotle

Molho de pimenta

31/05/2024
SEXTA

Mix de folhas

Agrião com laranja

Abobrinha com orégano

Salada de grãos coloridos

Salada light
(cenoura, chuchu, passas,
maçã e hortelã)

Salpicão de frango

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho ácido

Molho de pimenta

Cardápio

Sobremesas



27/05/2024
SEGUNDA

Melancia

Pavê de chocolate

Torta de limão

Gelatina diet

Pudim de leite condensado

Salada de fruta

28/05/2024
TERÇA

Melão

Surpresa de uva

Mouse de chocolate

Gelatina diet

Pudim de leite condensado

Salada de fruta

29/05/2024
QUARTA

Abacaxi

Torta de doce de leite

Mousse de limão

Gelatina diet

Pudim de leite condensado

Salada de fruta

30/05/2024
QUINTA

Melão

Mousse de paçoquita

Creme de chocolate

Gelatina de diet

Pudim de leite condensado

Salada de fruta

31/05/2024
SEXTA

Laranja

Trufado de ninho

Pavê de sonho de valsa

Gelatina diet

Pudim de leite condensado

Salada de fruta