

Cardápio

Prato Principal



**18/11/2024
SEGUNDA**

Frango Xadrez

Carne assada ao
molho escuro

Tilápia à delícia

Frango grelhado

Torta de soja com
queijo

Silverinha de soja

**19/11/2024
TERÇA**

Frango assado ao
molho de laranja

Bife acebolado

Suíno ao molho
barbecue

Frango grelhado

Croquete de grão
de bico com queijo

Grão de bico à
indiana

**20/11/2024
QUARTA**

Escalopinho de
carne ao molho
madeira

Frango à pizzaiolo

Copa lombo ao
molho mostarda

Frango grelhado

Omelete de
espinafre com
queijo

Pimentões
coloridos
recheados com
quinoa branca

**21/11/2024
QUINTA**

Suíno na
manteiga de
ervas

Rocambole
recheado com
queijo e presunto

Filé de peixe à
gomes de sá

Frango grelhado

Cremoso de
lentilha e queijo

Charuto de
lentilha

**22/11/2024
SEXTA**

Frango assado

Panqueca de
carne de sol

Filé de peixe ao
molho de coco e
gratinado

Frango grelhado

Bife de soja
gratinado

Hambúrguer de
soja e aveia

Cardápio

Guarnições e Acompanhamentos



18/11/2024
SEGUNDA

Repolho
refogado

Couve-flor
temperada

Lasanha
napolitada

Batata frita

Farofa rica

Arroz colorido

Arroz branco

Arroz integral

Feijão carioca

Feijão preto

19/11/2024
TERÇA

Chuchu cozido

Abóbora assada com
ervas finas

Macarrão ao alho e
óleo

Bolinho de mandioca
com queijo

Cuscuz temperado

Arroz biro biro

Arroz branco

Arroz integral

Feijão carioca

Feijão preto

20/11/2024
QUARTA

Legumes sauté
(batata e cenoura)

Beterraba cozida

Ravioli Cacio e
Pepe

Polenta frita

Farofa de carne

Arroz com castanha

Arroz branco

Arroz integral

Feijão carioca

Feijão preto

21/11/2024
QUINTA

Quibebe de
mandioca

Couve manteiga
refogada

Caneloni de espinafre
com queijo

Batata frita

Farofa de suíno com
passas

Arroz com brócolis

Arroz branco

Arroz integral

Feijão carioca

Feijão preto

22/11/2024
SEXTA

Couve flor

Cenoura
temperada

Macarrão
parafuso com
tomate seco e
manjerição

Bolinho de arroz

Farofa crocante

Arroz com
espinafre

Arroz branco

Arroz integral

Feijão carioca

Feijão preto

Cardápio

Saladas



18/11/2024
SEGUNDA

Alface roxa

Alface crespa com
mostarda

Beterraba ralada

Salada de feijão
fradinho

Salada de maionese
(cenoura, batata,
chuchu e maionese)

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de pimenta

Molho de salsa

19/11/2024
TERÇA

Alface crespa

Acelga com abacaxi

Cenoura ralada com
gergelim

Salada de grão de soja

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

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de pimenta

Molho rosê

20/11/2024
QUARTA

Alface americana

Mix de repolho com
gergelim preto

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

Salada de grão de bico

Salada especial de
frango com abacaxi

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de pimenta

Molho de manjeriçã

21/11/2024
QUINTA

Alface roxa

Hakussai

Berinjela com pimentões

Salada de quinoa

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

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de pimenta

Molho ácido

22/11/2024
SEXTA

Alface crespa

Agrião com laranja

Pepino com gergelim

Salada de grãos
coloridos

Salpicão de frango

Tomate fatiado

Molho vinagrete

Molho de pimenta

Molho de hortelã

Cardápio

Sobremesas



**18/11/2024
SEGUNDA**

**19/11/2024
TERÇA**

**20/11/2024
QUARTA**

**21/11/2024
QUINTA**

**22/11/2024
SEXTA**

Mamão

Melancia

Melão

Abacaxi

Laranja

Mousse de
ovomaltine

Delícia de doce de
leite com paçoquita

Frutado de ninho

Flan de ameixa

Torta de kit kat

Escondidinho de
coco

Pavê de sonho de
valsa

Mousse de limão

Sensação de
morango com
chocolate

Mousse de cajá

Gelatina diet

Gelatina diet

Gelatina de diet

Gelatina de diet

Gelatina diet

Pudim de leite
condensado

Pudim de leite
condensado

Pudim de leite
condensado

Pudim de leite
condensado

Pudim de leite
condensado

Salada de frutas

Salada de frutas

Salada de frutas

Salada de frutas

Salada de frutas