

CARDÁPIO DE REFEIÇÃO SEMANAL										
	Segunda-feira 07/10	Terça-feira 08/10	Quarta-feira 09/10	Quinta-feira 10/10	Sexta-feira 11/10	Sábado 12/10	Domingo 13/10			
DESJEJUM	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
Bebidas quentes	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café			
Vegetariano	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja			
Achocolatado	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite			
Pão	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão careca	Pão francês Bolo de milho	Pão francês Cuscuz	Pão careca			
Vegetariano	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês			
Complemento	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina			
Vegetariano	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal			
Complemento	Frango desfiado	Carne moída	Ovos mexido	Queijo minas	Carne desfiada	iogurte	Ricota com ervas			
Comp. Vegetariano	Pasta de berinjela	Pasta de grão de bico	Amendotela	Pasta de ervilha	Patê funcional	Requeijão de ervas	Pasta de beterraba			
Fruta	Abacaxi	Banana	Melancia	Melão	Mamão	Salada de frutas	Maçã			
ALMOÇO	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
Salada:	Mix de folhas e tomate	Agrião e rabanete	Alface roxa e salada refrescante de lentilha	Mostarda e tomate	Acelga e cenoura ralada com salsa e limão	Repolho roxo e salada mista	Alface crespa e sunomono			
Molho:	Chimichurri	Agri doce	Hortelã	Oriental	Manjerição	Erva picante	Verde			
Prato Principal:	Bife de pernil ao m. barbecue	Strogonoff de frango	Bife acebolado	Frango assado com ervas	Lasanha à bolonhesa	Rocambolê de carne	Escondidinho de frango			
Guarnição:	Cuscuz marroquino	Cenoura com salsa	Abobrinha, vagem e brócolis	Repolho refogado	Chuchu com ervilha	Ratatouille	Massa ao pesto de manjerição			
Prato Vegetariano:	Ervilha com broto de feijão e gergelim	Strogonoff de soja	Nhoque à bolonhesa vegetariano	Pimentão recheado com homus	Lasanha de berinjela	Cuscuz vegetariano	Moqueca vegetariana			
Acompanhamentos:	Arroz branco arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca			
Sobremesa:	Mamão	Melão	Maçã	Doce de banana	Melancia	Abacaxi	Laranja			
Refresco:	Maracujá	Uva	Acerola	Caju	Goiaba	Guaraná	Manga			
JANTAR	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
Salada:	Alface lisa e pepino	Couve e abóbora ralada	Alface crespa e beterraba com laranja	Mix de folhas e nabo com salsa	Agrião e tabule	Espinafre e abóbora cozida	Alface roxa e vinagrete			
Molho:	Oriental	Limão	Chipotle	Ervas	Agri doce	Salsa	Laranja e mel			
Sopa:	Creme de mandioca	Creme de espinafre	Minestrone	Sopa de canjiquinha	Caldô verde	Sopa rica	Creme de cebola			
Pão:	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada			
Prato Principal:	Carne de sol	Quibe assado	Filé de frango ao m. pomodoro	Hambúrguer de carne à pizzaiolo	Isca de frango ao açafrão	Copa lombo em cubo acebolado	Isca de carne			
Prato Vegetariano:	Espetinho vegano ao molho teriaky	Quibe de legumes com quinoa	Guisado de lentilha	Curry de lentilha c/ leite de coco	Hambúrguer de legumes	Fava com pimentões	Bolinho de grão de bico			
Acompanhamentos:	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca			
Sobremesa:	Laranja	Geléia de frutas	Mamão	Abacaxi	Maçã	Melão	Banana			
Refresco:	Manga	Guaraná	Limão	Tangerina	Uva	Acerola	Caju			
Legenda:	PIMENTA	GLÚTEN	PORCO	OLEAGINOSAS	SOJA	COGUMELO	LEITE	OVOS	MEL	Pode conter: Trigo, Aveia, Cevada, Soja, Leite, Ovo e Látex Natural.