

CARDÁPIO DE REFEIÇÃO SEMANAL										
	Segunda-feira 14/10	Terça-feira 15/10	Quarta-feira 16/10	Quinta-feira 17/10	Sexta-feira 18/10	Sábado 19/10	Domingo 20/10			
<b>DESJEJUM</b>	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
<b>Bebidas quentes</b>	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café				
<b>Vegetariano</b>	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja				
<b>Achocolatado</b>	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite				
<b>Pão</b>	Pão francês	Pão careca	Pão francês Bolo de fubá	Pão francês	Pão careca	Pão francês				
<b>Vegetariano</b>	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês				
<b>Complemento</b>	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina				
<b>Vegetariano</b>	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal				
<b>Complemento</b>	Carne desfiada	Salsicha ao molho	logurte	Ovos mexidos	Queijo mussarela	Frango desfiado				
<b>Comp. Vegetariano</b>	Pasta de amendoim	Guacamole	Pasta de grão de bico	Pasta de beterraba	Pasta de lentilha com alho	Patê funcional				
<b>Fruta</b>	Melancia	Maçã	Melão	Banana	Abacaxi	Mamão				
<b>ALMOÇO</b>	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
<b>Salada:</b>	Mix de folhas e rabanete	Alface lisa e pickles	Repolho e beterraba ralada	Chicória e abobrinha	Mix de folhas e cenoura ralada	Acelga e beterraba cozida				
<b>Molho:</b>	Braai	Limão	Erva picante	Salsa	Vinagrete	Chimichurri				
<b>Prato Principal:</b>	Frango Assado	Bife de panela	Copa lombo acebolado	Frango à parisiense	Feijoada	Isca de carne				
<b>Guarnição:</b>	Beterraba cozida	Abóbora ao forno	Milho cozida	Legumes sauté	Farofa de couve	Batata doce cozida				
<b>Prato Vegetariano:</b>	Abobrinha recheada com homus	Soja em grão com couve-flor	Carreteiro de soja	Pimentão recheado com lentilha	Feijoada vegetariana	Biryani				
<b>Acompanhamentos:</b>	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	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca				
<b>Sobremesa:</b>	Melão	Abacaxi	Melancia	Compota de frutas	Laranja	Banana				
<b>Refresco:</b>	Acerola	Caju	Goiaba	Guaraná	Limão	Manga				
<b>JANTAR</b>	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
<b>Salada:</b>	Rúcula e chuchu com cenoura, salsa e limão	Couve e tomate	Agrião e salada de feijão fradinho	Alface roxa e sunomono	Espinafre e caponata de berinjela					
<b>Molho:</b>	Verde	Manjeriço	Hortelã	Agridoce	Oriental					
<b>Sopa:</b>	Campeira	Feijão com massinha	Sopa à Juliana	Creme de abóbora	Sopa de legumes					
<b>Pão:</b>	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada					
<b>Prato Principal:</b>	Almôndega ao sugo	Galinhada	Lasanha à bolonhesa	Carne ao curry	Isca de frango agridoce					
<b>Prato Vegetariano:</b>	Refogado de acelga com gergelim	Hambúrguer de abóbora	Lasanha de espinafre com cogumelo	Silverinha de soja	Broto de feijão com brócolis e couve-flor					
<b>Acompanhamentos:</b>	Arroz com branco, arroz integral e feijão preto	Arroz com açafrão, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto					
<b>Sobremesa:</b>	Mamão	Banana	Laranja	Maçã	Melão					
<b>Refresco:</b>	Maracujá	Tangerina	Uva	Caju	Acerola					
<b>Legenda:</b>	PIMENTA	GLÚTEN	PORCO	OLEAGINOSAS	SOJA	COGUMELO	LEITE	OVOS	MEL	<b>Pode conter:</b> Trigo, Aveia, Cevada, Soja, Leite, Ovo e Látex Natural.