

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			
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 careca	Pão francês Bolo de fubá	Pão francês	Pão careca	Pão francês	Pão francês / Cuscuz			
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	Carne desfiada	Salsicha ao molho	Iogurte	Ovos mexidos	Queijo mussarela	Frango desfiado	Queijo minas			
Comp. Vegetariano	Pasta de amendoim	Guacamole	Pasta de grão de bico	Pasta de beterraba	Pasta de lentilha com alho	Patê funcional	Amendotela			
Fruta	Melancia	Maçã	Melão	Banana	Abacaxi	Mamão	Salada de frutas			
ALMOÇO	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
Salada:	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	Agrião com cenoura e abacaxi e tomate			
Molho:	Braai	Limão	Erva picante	Salsa	Vinagrete	Chimichurri	Chipotle			
Prato Principal:	Frango Assado	Bife de panela	Copa lombo acebolado	Frango à parisiense	Feijoada	Isca de carne	Empadão goiano			
Guarnição:	Beterraba cozida	Abóbora ao forno	Milho cozida	Legumes sauté	Farofa de couve	Batata doce cozida	Chuchu com vagem			
Prato Vegetariano:	Abobrinha recheada com homus	Soja em grão com couve-flor	Carreteiro de soja	Pimentão recheado com lentilha	Feijoada vegetariana	Biryani	Hamburger 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 carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca			
Sobremesa:	Melão	Abacaxi	Melancia	Compota de frutas	Laranja	Banana	Maçã			
Refresco:	Acerola	Caju	Goiaba	Guaraná	Limão	Manga	Maracujá			
JANTAR	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório			
Salada:	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	Repolho roxo e salada mista	Chicória e salada de macarrão			
Molho:	Verde	Manjeriço	Hortelã	Agriodoce	Oriental	Alho e limão	Ervas			
Sopa:	Campeira	Feijão com massinha	Sopa à Juliana	Creme de abóbora	Sopa de legumes	Creme de cebola	Creme de milho			
Pão:	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada			
Prato Principal:	Almôndega ao sugo	Galinhada	Lasanha à bolonhesa	Carne ao curry	Isca de frango agriodoce	Filé de peixe ao molho napolitano	Bife de pernil ao m. barbecue			
Prato Vegetariano:	Refogado de acelga com gergelim	Hambúrguer de abóbora	Lasanha de espinafre cogumelo	Silverinha de soja	Broto de feijão com brócolis e couve-flor	Tropeiro vegetariano	Yakisoba vegetariano			
Acompanhamentos:	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	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca			
Sobremesa:	Mamão	Banana	Laranja	Maçã	Melão	Doce de abóbora	Melancia			
Refresco:	Maracujá	Tangerina	Uva	Caju	Acerola	Goiaba	Limão			
Legenda:	PIMENTA	GLÚTEN	PORCO	OLEAGINOSAS	SOJA	COGUMELO	LEITE	OVOS	MEL	Pode conter: Trigo, Aveia, Cevada, Soja, Leite, Ovo e Látex Natural.