

CARDÁPIO

Outubro 2017

* Informamos que os ingredientes utilizados podem sofrer alterações em virtude de safra ou disponibilidade de fornecedor.

DATA	ENTRADA	PRATO PRINCIPAL	SOBREMESA
02/10 (Segunda-feira)	Alface roxa, tomate, pepino	Bife grelhado Cenoura refogada Arroz – Lentilha	Laranja
03/10 (Terça-feira)	Agrião, alface crespa, cenoura ralada	Filé de frango grelhado Arroz – Creme de milho	Uva
04/10 (Quarta-feira)	Acelga, tomate, atum	Panqueca de carne Arroz à grega	Kiwi
05/10 (Quinta-feira)	Alface americana, ovo de codorna, tomate	Carne seca desfiada Couve refogada Arroz – Feijão preto	Abacaxi
09/10 (Segunda-feira)	Couve flor, tomate cereja, ervilha torta	Bife à rolê Espinafre refogado Purê de mandioquinha	Pêra
10/10 (Terça-feira)	Alface americana, ovo de codorna, tomate	Filé de tilápia grelhado Brócolis refogado Arroz	Manga
11/10 (Quarta-feira)	Pepino, tomate, queijo branco	Kafta assada Abobrinha refogada Arroz – Feijão	Ameixa
16/10 (Segunda-feira)	Brócolis, palmito, tomate seco	Picadinho de carne bovina Mostarda refogada Batata assada com alecrim	Maçã
17/10 (Terça-feira)	Alface, pepino, palmito	Sobrecoxa de frango assada Farofa de cenoura Arroz integral – Feijão	Melão
18/10 (Quarta-feira)	Agrião, tomate, couve flor	Lasanha	Salada de frutas
19/10 (Quinta-feira)	Alface, cenoura ralada, kani kama	Estrogonofe de carne bovina Arroz – Batata palha	Goiaba
23/10 (Segunda-feira)	Alface americana, tomate, erva doce	Alcatra grelhado Chuchu refogado Arroz – Feijão	Mexerica
24/10 (Terça-feira)	Rúcula, queijo branco, tomate	Filé mignom assado Nhoque ao sugo	Pêssego
25/10 (Quarta-feira)	Espiga de milho verde	Fraldinha assada Arroz – Couve manteiga	Melancia
26/10 (Quinta-feira)	Cobb salad	Meatloaf e mac and cheese	brownie de chocolate
30/10 (Segunda-feira)	Alface, beterraba e cenoura ralada	Carne assada Abobrinha no azeite Purê de Batatas	Mamão
31/10 (Terça-feira)	Alface roxa, pepino, ovo de codorna	Parafuso à bolonesa	Nectarina