

CARDÁPIO

Outubro 2018

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

DATA	ENTRADA	PRATO PRINCIPAL	SOBREMESA
01/10 (Segunda-feira)	Alface, tomate, queijo branco	Carne assada Macarrão com brócolis	Laranja
02/10 (Terça-feira)	Alface americana, pepino, pão sírio torrado	Sobrecoxa de frango assada Arroz – Feijão branco Cenoura assada	Melancia
03/10 (Quarta-feira)	Repolho branco, repolho roxo, cenoura ralada	Filé mignon com cogumelos Polenta assada Chuchu com hortelã	Uva
04/10 (Quinta-feira)	Agrião, alface, palmito	Maminha assada Ravioli de muçarela de búfala ao sugo	Abacaxi
08/10 (Segunda-feira)	Acelga, kani kama, tomate	Kibe assado Arroz – Lentilha Abobrinha grelhada	Maçã
09/10 (Terça-feira)	Rúcula, alface, pepino	Filé de frango grelhado Arroz – Creme de milho	Goiaba vermelha
10/10 (Quarta-feira)	Alface, beterraba assada, grão de bico	Salmão grelhado Arroz – Cogumelos com molho de soja	Pêra
11/10 (Quinta-feira)	Acelga, cenoura ralada, atum	Filé mignon assado Arroz integral – Feijão preto Couve manteiga refogada	Melão
15/10 (Segunda-feira)	Alface, quinoa ao vinagrete	Bife à rolê Batata assada com alecrim Espinafre refogado	Kiwi
16/10 (Terça-feira)	Agrião, alface, tomate	Picadinho Arroz – Feijão Abobrinha refogada	Pêssego
17/10 (Quarta-feira)	Alface, milho verde, ovo de codorna	Lasanha	Laranja Bahia
18/10 (Quinta-feira)	Alface, pepino, kani kama	Lagarto assado Purê de mandioquinhas Brócolis refogado	Manga
22/10 (Segunda-feira)	Alface, tomate, palmito	Bife grelhado Farofa de cenoura – Feijão Mostarda refogada	Pêra
23/10 (Terça-feira)	Rúcula, alface, cenoura ralada	Espaguete à bolonhesa e molho branco	Ameixa
24/10 (Quarta-feira)	Alface, grão de bico, tomate	Fraldinha com molho de mostarda Arroz – Couve flor Assada	Banana prata
25/10 (Quinta-feira)	Espiga de milho verde	Lagarto com molho de tomates Arroz – Espinafre refogado	Melancia
29/10 (Segunda-feira)	Alface, palmito, tomate seco	Filé de peixe com crosta de castanha Purê de batatas Legumes grelhados	Nectarina
30/10 (Terça-feira)		Cardápio Especial	