

CARDÁPIO
Novembro 2023

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

DATA	ENTRADA	PRATO PRINCIPAL	SOBREMESA
01/11 (Quarta-feira)	Mix de alfaces, queijo branco, tomate seco, pepino	Lagarto assado, arroz, legumes gratinados	Manga
07/11 (Terça-feira)	Tabule de quinoa, salada verde	Saint Peter ao molho branco de limão siciliano, brócolis, arroz com cenoura	Melancia
08/11 (Quarta-feira)	Salada Caesar	Escondidinho de frango, arroz, ervilha torta	Pera
09/11 (Quinta-feira)	Alface mimosa, rúcula, beterraba	Espaguete à bolonhesa ou molho pesto	Salada de frutas
14/11 (Terça-feira)	Alface crespa, acelga, tomate cereja	Sobrecoxa assada, creme de milho, arroz	Melão
16/11 (Quinta-feira)	Alface americana, cenoura ralada, palmito	Estrogonofe de carne, arroz, batata palha	Maçã
21/11 (Terça-feira)	Alface roxa, kani-kama	Picadinho de carne, arroz, feijão, chuchu refogado	Mexerica
22/11 (Quarta-feira)	Repolho roxo, repolho branco, uva passa	Fricassê de frango, arroz, beterraba cozida	Abacaxi com raspas de limão
23/11 (Quinta-feira)	Espiga de milho cozida	Maminha ao molho cremoso de ervas, purê de batata, legumes sauté	Pêssego
28/11 (Terça-feira)	Tabule	Carne seca, arroz, feijão preto, couve, farofa de banana	Gelatina
29/11 (Quarta-feira)	Alface lisa, abacate, tomate	Cafta, arroz com lentilha, abobrinha refogada	Mamão
30/11 (Quinta-feira) Ásia	Salada de folhas jovens com shimeji ao molho oriental	Yakisoba	Picolé de melão

Observação: todas as terças e quintas-feiras há opções para vegetarianos/veganos.