

CARDÁPIO - ALMOÇO

SPEISEKARTE - MITTAGESSEN



SEMANA | WOCHE: 01 - 05.11.2021

01.11
2ª FEIRA
MONTAG

PONTE
BRÜCKE

02.11
3ª FEIRA
DIENSTAG

FERIADO FINADOS
FEIERTAG

03.11
4ª FEIRA
MITTWOCH

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Vegetariano: Lasanha de ricota

Saladas: Alface lisa, Salada marroquina, Salada de couve com manga e Batata doce assada

Prato principal: Filé de frango acebolado e Assado ao molho oriental

Guarnição: Tortilha e Rodelas de berinjela e abobrinha

Fruta e/ou Sobremesa: Maçã e Ganashe de chocolate

Suco: Caju

04.11
5ª FEIRA
DONNERSTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão preto

Vegetariano: Quiche de espinafre com muçarela

Saladas: Alface crespa, Salada de maionese, Salada de grão de bico e Tomate orgânico

Prato principal: Copa lombo com limão e Sobrecoxa assada

Guarnição: Chuchu gratinado e Abóbora refogada

Fruta e/ou Sobremesa: Melão e Manjar com calda de ameixa

Suco: Goiaba

05.11
6ª FEIRA
FREITAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Vegetariano: Macarrão espaguete ao alho e óleo

Saladas: Alface americana, Salada de lentilha, Salada de pepino e Beterraba ralada

Prato principal: Strogonoff de frango e Atum na crosta de aveia

Guarnição: Batata palha e Repolho ao vinagrete

Fruta e/ou Sobremesa: Laranja e Mamão

Suco: Uva

É PERMITIDO solicitar no balcão de atendimento, a opção de um ovo, em SUBSTITUIÇÃO a proteína do dia (prato principal).

Este cardápio pode sofrer alterações, de acordo com o tempo e a entrega de fornecedores.

08.11 2ª FEIRA MONTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Frango ao molho ferrugem e Pernil com limão

Vegetariano: Omelete de soja com queijo light

Guarnição: Macarrão integral com legumes e Beterraba assada

Saladas: Alface lisa, Salada de berinjela, Salada de trigo em grãos e Salada de Pepino

Fruta e/ou Sobremesa: Mamão e Melancia

Suco: abacaxi

09.11 3ª FEIRA DIENSTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Frango xadrez e Carne assada

Vegetariano: Tomate orgânico recheado com ricota

Guarnição: Purê caboclo e Acelga refogada

Saladas: Alface crespa, Salada de Pepino, Salada de milho verde e Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Banana e Goiaba vermelha

Suco: maracujá

10.11 4ª FEIRA MITTWOCH

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão preto

Prato principal: Lombo suíno ao vinagrete e Iscas de carne acebolada

Vegetariano: Omelete de forno

Guarnição: Couve refogada e Bolinho de arroz

Saladas: Alface americana, Cenoura cozida, Salada de tomate cereja e palmito, Salada de grão de bico

Fruta e/ou Sobremesa: Abacaxi e Bolo formigueiro

Suco: Caju

11.11 5ª FEIRA DONNERSTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Escondidinho de carne e Filé de frango grelhado

Vegetariano: Panqueca de espinafre

Guarnição: Polenta e Tutu de feijão

Saladas: Alface crespa, Salada de couve-flor, Salada de couve manteiga e Salada de trigo em grãos

Fruta e/ou Sobremesa: Laranja e Flan de cacau com caramelo

Suco: Uva

12.11 6ª FEIRA FREITAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Sobrecoxa assada e Carne à chinesa

Vegetariano: Lasanha de ricota

Guarnição: Batata bolinha e Escarola refogada

Saladas: Alface lisa, Salada de feijão fradinho com atum, Salada de pepino com hortelã e Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Maçã e Melão

Suco: Manga

É PERMITIDO solicitar no balcão de atendimento, a opção de um ovo, em SUBSTITUIÇÃO a proteína do dia (prato principal).

Este cardápio pode sofrer alterações, de acordo com o tempo e a entrega de fornecedores.

15.11
2ª FEIRA
MONTAG

FERIADO PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA
FEIERTAG

16.11
3ª FEIRA
DIENSTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal:
Lasanha à bolonhesa e Filé de frango à milanesa

Vegetariano: Tomate orgânico recheado com ricota

Guarnição: Abobrinha refogada e Brócolis refogado

Saladas: Alface crespa, Salada de cenoura ralada, Salada de lentilha e Salada de batata com ovos

Fruta e/ou Sobremesa: Mamão e Pudim chinês

Suco: Limão

17.11
4ª FEIRA
MITTWOCH

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão preto

Prato principal: Frango com quiabo e Pernil suíno

Vegetariano: Quiche de espinafre com muçarela

Guarnição: Escarola refogada e Espaguete ao alho e óleo

Saladas: Alface americana, Beterraba ralada, Salada tropical e Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Melão e Banana

Suco: Maracujá

18.11
5ª FEIRA
DONNERSTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Atum com crosta de aveia e ervas e Strogonoff de frango

Vegetariano: Batata com ovos

Guarnição: Berinjela ao forno e Creme de espinafre

Saladas: Alface lisa, Salada de vagem com milho, Repolho bicolor e Tabule

Fruta e/ou Sobremesa: Maçã e Mousse de limão

Suco: Goiaba

19.11
6ª FEIRA
FREITAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Peito de frango ao molho de ervas e Maminha ao alho

Vegetariano: Mussaka

Guarnição: Creme de milho e Abóbora refogada

Saladas: Alface crespa, Beterraba ralada, Salada de abobrinha e Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Salada de frutas e Laranja

Suco: Uva

É PERMITIDO solicitar no balcão de atendimento, a opção de um ovo, em SUBSTITUIÇÃO a proteína do dia (prato principal).

Este cardápio pode sofrer alterações, de acordo com o tempo e a entrega de fornecedores.

22.11 2ª FEIRA MONTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Frango em cubos ao molho shoyo e Filé de Tilápia

Vegetariano: Lasanha de ricota

Guarnição: Brócolis refogado e Mandioca na manteiga

Saladas: Alface crespa, Salada de trigo em grão, Salada de ovo de codorna ao vinagrete e Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Abacaxi e Maçã

Suco: Abacaxi

23.11 3ª FEIRA DIENSTAG EVENTO JAPONÊS NO GIRAMUNDO

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Torta Madalena e Frango à pizzaiollo

Vegetariano: Omelete de forno

Guarnição: Batata bolinha e Acelga refogada

Saladas: Alface lisa, Salada de vagem com milho, Salada de feijão branco com tomate, Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Banana e Melancia

Suco: Uva

24.11 4ª FEIRA MITTWOCH

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Filé de frango grelhado e Hamburguer Wessel grelhado

Vegetariano: Panqueca de espinafre

Guarnição: Yakissoba e Escarola refogada

Saladas: Alface crespa, Salada de berinjela, Salada de macarrão penne ao pesto e Salada de pepino

Fruta e/ou Sobremesa: Mamão e Mousse de maracujá

Suco: Morango

25.11 5ª FEIRA DONNERSTAG ALMOÇO TEMÁTICO: MEXICANO

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Fajita de frango e Burrito de carne

Vegetariano: Quesadillas

Guarnição: Batata corada e Espiga de milho

Saladas: Alface americana, Tomate orgânico e Guacamole

Fruta e/ou Sobremesa: Mamão e Churros de doce de leite

Suco: Tamarindo

26.11 6ª FEIRA FREITAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Almôndegas ao molho sugo e Frango à milanesa

Vegetariano: Batata com ovos

Guarnição: Canelone de ricota com espinafre e Rodelas de abobrinha ao shoyo

Saladas: Alface lisa, Palito de cenoura, Salada de Moyashi e Batata doce assada

Fruta e/ou Sobremesa: Salada de frutas e Goiaba vermelha

Suco: Limão

É PERMITIDO solicitar no balcão de atendimento, a opção de um ovo, em SUBSTITUIÇÃO a proteína do dia (prato principal).

Este cardápio pode sofrer alterações, de acordo com o tempo e a entrega de fornecedores.

29.11
2ª FEIRA
MONTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão

Prato principal: Carne à chinesa e Bisteca suína ao molho de laranja

Vegetariano: Mussaka

Guarnição: Legumes ao forno e Suflê de abobrinha

Saladas: Alface americana, Salada colorida, Salada de quiabo e Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Melão e Goiaba vermelha

Suco: Uva

30.11
3ª FEIRA
DIENSTAG

Base: Arroz, Arroz integral e Feijão preto

Prato principal: Bife acebolado e Sobrecoxa assada

Vegetariano: Quiche de espinafre com muçarela

Guarnição: Verduras refogadas e Cuscuz

Saladas: Alface crespa, Salada de feijão branco com tomate, Salada de mandioquinha e Tomate orgânico

Fruta e/ou Sobremesa: Salada de frutas e Banana

Suco: Maracujá

01.12
4ª FEIRA
MITTWOCH

02.12
5ª FEIRA
DONNERSTAG

03.12
6ª FEIRA
FREITAG

É PERMITIDO solicitar no balcão de atendimento, a opção de um ovo, em SUBSTITUIÇÃO a proteína do dia (prato principal).

Este cardápio pode sofrer alterações, de acordo com o tempo e a entrega de fornecedores.