

# CARDÁPIO - ALMOÇO

## SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 19.08 - 23.08

ARROZ E FEIJÃO (CARIOCA OU PRETO): TODOS OS DIAS

---

### 19.08 - 2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: copa lombo, filé de frango grelhado

VEGETARIANO: hambúrguer de grão de bico

GUARNIÇÃO: macarrão ao sugo, chuchu na salsa

SALADA: alface, pepino, abacaxi com ricota, salada tricolor (beterraba, cenoura e nabo)

SOBREMESA:  
melancia, pêra

BEBIDA:  
suco de abacaxi

---

### 20.08 - 3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: escondidinho de carne, sobrecoxa assada

VEGETARIANO: assado de lentilha

GUARNIÇÃO: batata assada, palitos de cenoura

SALADA: alface, tomate, mandioquinha, salada tropical (repolho, abacaxi, manga e coentro)

SOBREMESA: curau,  
maçã

BEBIDA:  
suco de uva

---

### 21.08 - 4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: feijoada, filé de frango grelhado

VEGETARIANO: feijoada vegetariana

GUARNIÇÃO: farofa, couve refogada

SALADA: alface, berinjela, cenoura ralada, vinagrete

SOBREMESA: laranja,  
mousse de limão

BEBIDA:  
suco de limão

---

### 22.08 - 5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: bife de panela, suíno à milanesa

VEGETARIANO: tomate recheado

GUARNIÇÃO: ratatouille, purê de batata

SALADA: alface, tomate, vagem, lentilha

SOBREMESA: goiaba,  
uva

BEBIDA:  
suco de tangerina

---

### 23.08 - 6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: fricassê de frango, iscas de carne

VEGETARIANO: lasanha de berinjela

GUARNIÇÃO: abóbora, escarola refogada

SALADA: alface, beterraba cozida, batata doce, tabule

SOBREMESA: salada de  
frutas, delícia de abacaxi

BEBIDA:  
suco de manga