

# CARDÁPIO - ALMOÇO

## SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 10.02 - 14.02

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

### 2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: carne assada ao molho de ervas, frango xadrez, ovo

VEGETARIANO: omelete de soja

GUARNIÇÃO: espaguete alho e óleo, acelga refogada

SALADA: alface, batata doce, salpicão de repolho, tomate

SOBREMESA:  
maçã, melão

BEBIDA:  
suco de uva

### 3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: frango à chinesa, lombo recheado, ovo

VEGETARIANO: tomate recheado com ricota

GUARNIÇÃO: purê de batata, repolho refogado

SALADA: alface, brócolis c/ couve-flor, moyashi, feijão branco

SOBREMESA:  
goiaba, abacaxi

BEBIDA:  
suco de laranja

### 4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: Zürcher geschnetzeltes, escondidinho de salmão

VEGETARIANO: almôndegas de soja ao sugo

GUARNIÇÃO: escarola refogada, cenoura com vagem

SALADA: alface, grão de bico, tomate, salada suíça

SOBREMESA:  
torta suíça, melancia

BEBIDA:  
suco de pêsego

### 5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: filé de frango à pizzaiolo, copa lombo, ovo

VEGETARIANO: panqueca vegetariana

GUARNIÇÃO: creme de espinafre, ratatouille

SALADA: alface, abóbora, tabule, tomate

SOBREMESA:  
maria mole, mamão

BEBIDA:  
suco de abacaxi

### 6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: feijoada, sobrecoxa assada

VEGETARIANO: feijoada vegetariana

GUARNIÇÃO: farofa, couve refogado

SALADA: alface, vinagrete, repolho, tomate

SOBREMESA:  
mousse de limão,  
laranja

BEBIDA:  
suco de tangerina