

# CARDÁPIO - ALMOÇO

## SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 03.01 - 07.01

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

---

### 2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: strogonoff de frango, bife acebolado, ovo

VEGETARIANO: strogonoff de grão de bico

GUARNIÇÃO: batata palha, berinjela ao forno

SALADA: alface, beterraba ralada, milho na salsa, tomate

SOBREMESA:

maçã, pudim de coco com ameixa

BEBIDA:

suco de uva

---

### 3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: iscas de carne, fricassê de frango, ovo

VEGETARIANO: fricassê de legumes

GUARNIÇÃO: couve-flor na salsa, abobrinha assada

SALADA: alface, tomate, pepino, quiabo

SOBREMESA:

mamão, melancia

BEBIDA:

suco de manga

---

### 4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: sobrepalhete assada, filé de frango, ovo

VEGETARIANO: panqueca de legumes

GUARNIÇÃO: farofa, couve refogada

SALADA: alface, cenoura ralada, tomate, vinagrete

SOBREMESA:

mousse de limão, laranja

BEBIDA:

suco de abacaxi

---

### 5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: pernil ao molho de limão, filé de frango, ovo

VEGETARIANO: omelete de forno

GUARNIÇÃO: purê de batata, escarola refogada

SALADA: alface, tomate, agrião, trigo em grãos

SOBREMESA:

melão, abacaxi

BEBIDA:

suco de limão

---

### 6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: sobrecoxa assada, filé mignon grelhado

VEGETARIANO: hambúrguer de grão de bico

GUARNIÇÃO: chuhu na salsa, macarrão ao sugo

SALADA: alface, nabo, tomate, feijão fradinho

SOBREMESA:

pêra, melancia

BEBIDA:

suco de tangerina