

CARDÁPIO - ALMOÇO

SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 10.03 - 14.03

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

2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: filé de frango, bife grelhado, ovo

VEGETARIANO: omelete

GUARNIÇÃO: macarrão talharim ao sugo, escarola refogada

SALADA: alface, abóbora, cenoura ralada, feijão branco

SOBREMESA:

banana, melão

BEBIDA:

suco de uva

3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: filé de frango a milanesa, pernil assado, ovo

VEGETARIANO: tomate recheado

GUARNIÇÃO: batata corada, acelga

SALADA: alface, pepino, feijão branco, tomate

SOBREMESA:

mousse suflair,

abacaxi

BEBIDA:

suco de laranja

4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: panqueca de carne moída, iscas de frango, ovo

VEGETARIANO: panqueca vegetariana

GUARNIÇÃO: repolho, abobrinha

SALADA: alface, tomate, abobrinha, lentilha

SOBREMESA:

uva, melancia

BEBIDA:

suco de pêsego

5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: filé de tilápia, sobrecoxa, ovo

VEGETARIANO: lasanha de berinjela

GUARNIÇÃO: palitos de cenoura, creme de milho

SALADA: alface, lentilha, tabule, moyashi

SOBREMESA:

maçã, doce de

abóbora com coco

BEBIDA:

suco de morango

6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: feijoada, filé de frango, ovo

VEGETARIANO: feijoada vegetariana

GUARNIÇÃO: couve, farofa

SALADA: alface, repolho, beterraba, vinagrete

SOBREMESA:

laranja, mousse de

limão

BEBIDA:

suco de limão