

CARDÁPIO - ALMOÇO

SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 05.05 - 09.05

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

2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: pernil assado, sobrecoxa assada, ovo

VEGETARIANO: lasanha de berinjela

GUARNIÇÃO: repolho refogado, couve-flor gratinado

SALADA: alface, pepino, cenoura ralada, abobrinha italiana

SOBREMESA:

melancia, maçã

BEBIDA:

suco de caju

3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: filé de frango, escondidinho de carne, ovo

VEGETARIANO: tomate recheado

GUARNIÇÃO: abóbora, escarola refogada

SALADA: alface, moyashi, tomate, beterraba cozida

SOBREMESA:

creme de tapioca,

salada de frutas

BEBIDA:

suco de morango

4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: filé de tilápia, sobrecoxa assada, ovo

VEGETARIANO: hambúrguer de pão de bico

GUARNIÇÃO: brócolis, creme de palmito

SALADA: alface, lentilha, chuchu na salsa, mostarda

SOBREMESA:

abacaxi, mamão

BEBIDA:

suco de pêsego

5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: strogonoff de frango, bife grelhado, ovo

VEGETARIANO: almôndegas de soja

GUARNIÇÃO: palitos de cenoura, batata palha

SALADA: alface, tomate, grão de bico, sunomono

SOBREMESA:

melão, uva

BEBIDA:

suco de abacaxi

6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: feijoada, filé de frango, ovo

VEGETARIANO: feijoada vegetariana

GUARNIÇÃO: farofa, couve manteiga refogado

SALADA: alface, abobrinha, vinagrete, cebola temperada

SOBREMESA:

mousse de limão,

pêra

BEBIDA:

suco de limão