

# CARDÁPIO - ALMOÇO

## SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 19.05 - 23.05

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

---

### 2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: carne assada, frango xadrez, ovo

VEGETARIANO: omelete de forno

GUARNIÇÃO: batata bolinha, cenoura refogada

SALADA: alface, sunomono, tomate, salada tricolor

SOBREMESA:

melancia, pêra

BEBIDA:

suco de abacaxi

---

### 3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: lagarto ao molho, sobrecoxa assada, ovo

VEGETARIANO: bolinho de berinjela

GUARNIÇÃO: chuchu gratinado, escarola refogada

SALADA: alface, rúcula c/ tomate seco, tomate, acelga c/ milho

SOBREMESA:

banana, maçã

BEBIDA:

suco de uva

---

### 4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: feijoada, filé de frango, ovo

VEGETARIANO: feijoada vegetariana

GUARNIÇÃO: farofa, couve

SALADA: alface, vinagrete, cebola temperada, abacaxi grelhado

SOBREMESA:

mousse de limão,  
laranja

BEBIDA:

suco de limão

---

### 5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: iscas de frango, lombo agri-doce, ovo

VEGETARIANO: assado de grão de bico

GUARNIÇÃO: ratatouille, creme de espinafre

SALADA: alface, tomate, lentilha, abóbora

SOBREMESA:

mamão, uva

BEBIDA:

suco de maracujá

---

### 6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: fricassê de frango, bife acebolado, ovo

VEGETARIANO: panqueca de cogumelos

GUARNIÇÃO: legumes no vapor, acelga refogada

SALADA: alface, beterraba ralada, tomate, batata doce

SOBREMESA:

salada de frutas,  
pudim chinês

BEBIDA:

suco de manga