

CARDÁPIO - ALMOÇO

SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 15.09 - 19.09

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

2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: lombo assado, filé de frango grelhado, ovo

VEGETARIANO: hambúrguer de grão de bico

GUARNIÇÃO: macarrão alho e óleo, chuchu c/ palmito

SALADA: alface, pepino, quinoa, tomate

SOBREMESA:

melancia, goiaba

BEBIDA:

suco de uva

3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: bife acebolado, fricassê de frango, ovo

VEGETARIANO: bolinho de soja

GUARNIÇÃO: espinafre refogado, ratatouille

SALADA: alface, beterraba, tomate, lentilha

SOBREMESA:

creme de

abacate, maçã

BEBIDA:

suco de abacaxi

4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: feijoada, sobrecoxa assada, ovo

VEGETARIANO: feijoada vegetariana

GUARNIÇÃO: farofa, couve

SALADA: alface, vinagrete, acelga, berinjela

SOBREMESA:

laranja, banana

caramelizada

BEBIDA:

suco de limão

5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: costelinha suína, filé de frango, ovo

VEGETARIANO: quiche de alho poró

GUARNIÇÃO: tutu de feijão, escarola refogada

SALADA: alface, tomate, agrião, soja em grãos

SOBREMESA:

melão, mamão

BEBIDA:

suco de tangerina

6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: iscas de frango, tilápia grelhada, ovo

VEGETARIANO: shitake refogado

GUARNIÇÃO: brócolis refogado, cenoura

SALADA: alface, grão de bico, pepino, tomate

SOBREMESA:

pêra, uva

BEBIDA:

suco de pêssego

HOTDOG

18/09 - 5ª - FEIRA

R\$ 25

