

CARDÁPIO - ALMOÇO

SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 20.10 - 24.10

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

2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: lombo assado, filé de frango grelhado, ovo	SOBREMESA:
VEGETARIANO: assado de grão de bico	maçã, melancia
GUARNIÇÃO: creme de palmito, chuchu refogado	BEBIDA:
SALADA: alface, pepino, tomate, lentilha	suco de abacaxi

3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: bife acebolado, filé tilapia no fubá, ovo	SOBREMESA:
VEGETARIANO: bolinho de soja	abacaxi, mamão
GUARNIÇÃO: ratatouille, creme de espinafre	BEBIDA:
SALADA: alface, beterrada ralada, feijão branco, tomate	suco de uva

4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: feijoada, filé de frango, ovo	SOBREMESA:
VEGETARIANO: feijoada vegetariana	laranja, romeu e julieta
GUARNIÇÃO: farofa, couve	BEBIDA:
SALADA: alface, vinagrete, berinjela, cenoura ralada	suco de limão

5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: pernil assado, iscas de frango, ovo	SOBREMESA:
VEGETARIANO: refogado de shitake	melão, uva
GUARNIÇÃO: seleta de legumes, escarola refogada	BEBIDA:
SALADA: alface, tabule, tomate, cebola assada	suco de caju

6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: sobrecoxa assada, medalhão, ovo	SOBREMESA:
VEGETARIANO: panqueca de espinafre com soja	salada de frutas, doce de abóbora
GUARNIÇÃO: canelone de ricota, repolho refogado	BEBIDA:
SALADA: alface, tomate c/ palmito, pepino, abobrinha	suco de uva