

CARDÁPIO - ALMOÇO

SPEISEKARTE - MITTAGESSEN

SEMANA | WOCHE: 24.11 - 28.11

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

2ª FEIRA / MONTAG

PRATO PRINCIPAL: lagarto, filé de frango acebolado, ovo

VEGETARIANO: hambúrguer de grão de bico

GUARNIÇÃO: palito de cenoura, repolho refogado

SALADA: alface, berinjela, feijão branco com tomate tomate com pepino

SOBREMESA:

maçã, pera

BEBIDA:

suco de laranja

3ª FEIRA / DIENSTAG

PRATO PRINCIPAL: tilápia, frango gratinado, ovo

VEGETARIANO: kibe de soja com escarola

GUARNIÇÃO: abóbora cabotia, creme de palmito

SALADA: alface, abobrinha, tomate, salada tropical

SOBREMESA:

melão, manjar
calda goiabada

BEBIDA:

suco de morango

4ª FEIRA / MITTWOCH

PRATO PRINCIPAL: bife, fricassê de frango, ovo

VEGETARIANO: fricassê de shitake

GUARNIÇÃO: chuchu, acelga refogada,

SALADA: alface, beterraba, tomate, agrião

SOBREMESA:

abacaxi, ameixa

BEBIDA:

suco de limão

5ª FEIRA / DONNERSTAG

PRATO PRINCIPAL: filé de frango pizzaiollo, escondidinho de salmão, ovo

VEGETARIANO: lasanha de abobrinha

GUARNIÇÃO: legumes sauté, escarola refogada

SALADA: alface, maionese, tomate, quinoa

SOBREMESA:

mamão,
melancia

BEBIDA:

suco de caju

6ª FEIRA / FREITAG

PRATO PRINCIPAL: feijoada, filé de frango, ovo

VEGETARIANO: feijoada vegetariana

GUARNIÇÃO: farofa, couve

SALADA: alface, tomate, moyashi, viangrete de cebola, tomate, pepino

SOBREMESA:

uva, mousse de limão

BEBIDA:

suco de limão