

CARDÁPIO

Novembro 2021

* Informamos que os ingredientes utilizados podem sofrer alterações em virtude de safra ou disponibilidade de fornecedor.

DATA	ENTRADA	PRATO PRINCIPAL	SOBREMESA
03/11 (Quarta-feira)	Acelga, cenoura e ovo de codorna	Kafta, cuscuz, pão sírio com molho iogurte e berinjela refogada	Kiwi gold
04/11 (Quinta-feira)	Alface crespa, beterraba cozida e pepino	Espaguete à bolonhesa ou molho branco	Uva sem semente
09/11 (Terça-feira)	Alface americana e quinoa no vinagrete	Arroz, Saint Peter e espinafre	Abacaxi
10/11 (Quarta-feira)	Alface mimosa, queijo branco e tomate	Bife a rolê, polenta e abobrinha grelhada	Pêra
11/11 (Quinta-feira)	Alface roxa, cenoura ralada e tomate seco	Arroz integral, feijão, maminha assada e brócolis	Maçã
16/11 (Terça-feira)	Agrião, tomate e ovo de codorna	Arroz, Strogonoff de carne, batata palha e escarola refogada	Mexerica
17/11 (Quarta-feira)	Alface americana, tomate cereja e pepino	Picadinho de carne bovina, arroz, feijão e vagem	Melão
18/11 (Quinta-feira)	Alface crespa, cenoura e kani-kama	Arroz, filé de frango e creme de milho	Melancia
23/11 (Terça-feira)	Alface mimosa, atum e ovo de codorna	Sobrecoxa de frango assada, couve refogada, arroz e feijão preto	Kiwi gold
24/11 (Quarta-feira)	Acelga, pepino e tomate	Purê de batata, lagarto e ervilha torta	Baba prata
25/11 (Quinta-feira)	Alface crespa, queijo branco tomate	Lasanha bolonhesa e molho branco	Salada de frutas
30/11 (Terça-feira)	Abobrinha, tomate cereja e alface americana	Batata ao forno com creme de leite, filet mignon e brócolis	Picolé

Nutricionista: Gabriela Cavaca

CRN3: 28154

Chef: Bruno de Castro Rodrigues