























ALMOÇO	Segunda (10/11)	Terça (11/11)	Quarta (12/11)	Quinta (13/11)	Sexta (14/11)	Sábado (15/11)
Principal	Catchupa 	Calulu de peixe 	Feijoada 	Frango ao forno 	Bife ao molho 	Almondegas 
	Frango assado 	Carne do sol 	Frango grelhado 	Peixe ao leite de coco 	Frango ao molho branco 	Fricassê de frango 
Vegetariano	Soja tropical	Arroz cremoso de lentilha	Bobó de legumes	Stroganoff de grão de bico	Maria isabel vegano	Moqueca vegetariana
Salada Crua	Alface crespa, alface roxa, rúcula, hortelã e abacaxi	Alface, tomate, pepino, cebola roxa	Alface crespa, tomate, acelga, pepino	Repolho ao vinagrete	Alface, rúcula, cenoura e laranja	Acelga, tomate, pepino
Salada Cozida	Batata inglesa	Macaxeira	Couve manteiga, cenoura, repolho	Abóbora e vagem	Beterraba	Batata doce
Guarnição	Cuscuz	Farofa crocante c/ cenoura	Farofa c/ soja crocante	Macarrão**	Purê	Macarrão
Acompanhamentos	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Fruta	Melão japonês	Banana prata	Laranja	Melancia	Melão espanhol	Mamão
Doce	Goiaba mariola	Sobremesa especial*	Quebra-queixo	Coxa de moça	Banana mariola	Caju cristalizado
Suco	Goiaba	Seriguella	Acerola	Manga	Maracujá	Acerola

JANTAR	Segunda (10/11)	Terça (11/11)	Quarta (12/11)	Quinta (13/11)	Sexta (14/11)	Sábado (15/11)
Principal	Cozido a brasileira 	Suíno ao molho teriyaki 	Suíno a barbecue 	Carne do sol cremosa 	Carne à chinesa 	xxxxxxxx
	Frango ao molho 	Carne ao molho 	Carne moída a bolonhesa 	Frango empanado 	Lasanha de frango 	
Sopa	Frango	Carne	Canja	Feijão	Peixe	
Vegetariano	Bolinha de grão de bico	Jardineira de soja	Lasanha de batata	Assado de lentilha	Bolinha vegano com aveia	
Salada Crua	Cenoura, beterraba, coentro e manga	Alface crespa, acelga, laranja e abacaxi	Repolho bicolor, abacaxi e cenoura	Alface, repolho, cenoura e abacaxi	Alface, beterraba, tomate, laranja	
Salada Cozida	Abóbora e chuchu	Cenoura e vagem	Beterraba	Batata doce	Batata inglesa	
Guarnição	Pirão de carne	Cuscuz	Macarrão	Farofa com banana	Farofa c/ soja	
Acompanhamentos	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Baião de dois	Arroz Branco	
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	
	Feijão de Corda	Feijão Carioca	Feijão Corda	Feijão de Carioca	Feijão Corda	
Fruta	Abacaxi	Melancia	Mamão	Banana prata	Maçã	
Doce	Coxa de moça	Banana mariola	Goiaba cristalizado	Caju cristalizado	Crocante amendoim	
Suco	Graviola	Abacaxi	Cajá	Goiaba	Manga	

Obs.: Cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém lactose

** Contém glúten

ALÉRGICOS: Pode conter trigo, centeio, cevada, aveia, leite, ovo, soja, milho;

11/11 - INDEPENDÊNCIA DA ANGOLA

Gabriela Viana Lima
Nutricionista

