

# Cardápio

## Prato Principal



**LSM**

**22/04/2024**  
**SEGUNDA**

Estrogonoffe de  
Carne

Frango a  
La Kiev

Costelinha ao  
Molho barbecue

Frango grelhado

Yakissoba  
vegetariano

Moqueca de banana  
da terra com  
queijo minas

**23/04/2024**  
**TERÇA**

Almondega  
ao sugo

Frango  
assado

Peixe a  
milanesa

Frango grelhado

Torta de vegetais  
com palmito, queijo  
minas e castanha  
gratinada

Vegetais com  
Palmito e  
castanha ao curry

**24/04/2024**  
**QUARTA**

Carne assada  
ao molho de ervas

Drumet de frango  
ao creme de cebola

Suíno assado ao  
molho de laranja

Frango grelhado

Fritada de  
Vegetais

Guisado de grão  
de soja

**25/04/2024**  
**QUINTA**

Carne de sol  
acebolado

Frango assado na  
cerveja

Tempura de  
peixe

Frango grelhado

Risoto de ervilha  
com queijo

Almôndega de soja  
ao sugo

**26/04/2024**  
**SEXTA**

Hambúrguer a  
Cavalo

Espetinho de  
Medalhão de frango

Linguiça suína  
Recheada

Frango grelhado

# Cardápio

## Guarnições e Acompanhamentos



**22/04/2024**  
**SEGUNDA**

Abóbora  
assada

Brócolis com  
couve flor

Penne ao molho pesto e  
tomate seco

Farofa de  
bacon

Batata  
recheada

Arroz com cenoura  
Arroz branco  
Arroz integral  
Feijão Carioca  
Feijão preto

**23/04/2024**  
**TERÇA**

Batata baroa, couve  
flor e cenoura na  
manteiga

Cenoura com  
vagem

Lasanha  
bolonhesa

Farofa de cebola  
com passas

Banana  
empanada

Arroz colorido  
Arroz branco  
Arroz integral  
Feijão Carioca  
Feijão preto

**24/04/2024**  
**QUARTA**

Beterraba  
Cozida

Berinjela  
assada

Nhoque ao  
Sugo

Cuscuz  
paulista

Mandioca  
Frita

Arroz com alho  
Arroz branco  
Arroz integral  
Feijão Carioca  
Feijão preto

**25/04/2024**  
**QUINTA**

Brócolis com  
Milho

Batata doce  
assada

Torta de  
legumes

Farofa de  
cenoura

Batata  
frita

Arroz com ervilha  
Arroz branco  
Arroz integral  
Feijão carioca  
Feijão preto

**26/04/2024**  
**SEXTA**

Chuchu  
refogado

Purê de  
abóbora

Espaguete ao molho de  
espinafre e castanha

Farofa de  
Carne

Bolinho de mandioca  
com queijo

Arroz dia a dia  
Arroz branco  
Arroz integral  
Feijão carioca  
Feijão preto

# Cardápio

# Saladas



LSM

**22/04/2024**  
**SEGUNDA**

Alface roxa  
com palmito

Repolho com  
tomate cereja

Salada antares  
(alface roxa, hortelã, pepino, tomate e  
palmito)

Salada de  
grão de bico

Salpicão de frango

Tomate

Molho de alho

Molho vinagrete

Molho de pimenta

**23/04/2024**  
**TERÇA**

Alface crespa  
com agrião

Acelga  
com repolho roxo

Salada imperial  
(presunto, alface lisa, salsa, cenoura  
e tomate)

Salada  
de quinoa

Salpicão de frango

Tomate

Molho de ervas finas

Molho vinagrete

Molho de pimenta

**24/04/2024**  
**QUARTA**

Alface lisa

Chicória  
com melão

Salada primavera  
(acelga, cenoura, rabanete e abacaxi  
picado)

Salada proteina  
de soja ao vinagrete

Salpicão de frango

Tomate

Molho mostarda

Molho vinagrete

Molho de pimenta

**25/04/2024**  
**QUINTA**

Alface roxa  
com castanha

Alface crespa

Salada amiga  
(tomate, queijo minas, salsa e  
cebolinha)

Salada de  
lentilha

Salpicão de frango

Tomate

Molho chipotle

Molho vinagrete

Molho de pimenta

**26/04/2024**  
**SEXTA**

Acelga com  
laranja

Mix de folhas com  
manga

Salada mineira  
(batata, queijo, cebola, tomate e  
orégano)

Mix de grãos  
Colorido

Salpicão de frango

Tomate

Molho chipotle

Molho vinagrete

Molho de pimenta

# Cardápio Sobremesas

The logo for LSM, featuring the letters 'L', 'S', and 'M' in a stylized, blue, cursive font. The 'L' and 'S' are connected, and the 'M' is separate. The logo is positioned on the left side of the page, below the main title.

22/04/2024 SEGUNDA	23/04/2024 TERÇA	24/04/2024 QUARTA	25/04/2024 QUINTA	26/04/2024 SEXTA
Melão	Abacaxi	Mamão	Melancia	Laranja
Palha Italiana	Pavê de pêssego	Strudel de Maçã	Tarte duo de chocolate	Torta Banoffe
Cheesecake de goiaba	Mousse de chocolate	Cartola Cremosa	Pavê de Limão	Flan de morango
Pudim de leite condensado	Pudim de Leite condensado	Pudim de Leite condensado	Pudim de leite condensado	Pudim de leite condensado
Gelatina diet	Gelatina diet	Gelatina diet	Gelatina diet	Gelatina diet
Salada de frutas	Salada de frutas	Salada de frutas	Salada de frutas	Salada de frutas