CARDÁPIO DE REFEIÇÃO SEMANAL

	Segunda-feira 24/02	Terça-feira 25/02	Quarta-feira 26/02	Quinta-feira 27/02	Sexta-feira 28/02	Sábado 29/02	Domingo 01/03
DESJEJUM	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório
Bebidas quentes	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café	Leite e café
Vegetariano	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja
Achocolatado	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite	Achocolatado sem leite
Pão	Pão careca	Pão francês / Bolo de chocolate	Pão francês	Pão francês	Pão francês /Cuscuz	Pão francês	Pão careca
Vegetariano	Pão francês	Pão francês / Bolo de chocolate	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês	Pão francês
Complemento	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina
Vegetariano	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal	Creme vegetal
Complemento	Frango desfiado	Iogurte	Ovos mexidos	Queijo minas	Carne desfiada	Queijo mussarela	Ricota com ervas
Comp. Vegetariano	Pasta de berinjela	Pasta de grão de bico	Amendotela	Pasta de ervilha	Patê funcional	Requeijão de ervas	Pasta de beterraba
Fruta	Mamão	Banana	Melancia	Maçã	Melão	Salada de frutas	Mamão
ALMOÇO	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório
Salada:	Alface roxa e vinagrete	Mostarda com cenoura e abacaxi e rabanete	Mix de folhas e beterraba com agrião	Hakussai e salada de batata	Alface crespa e caponata de berinjela	Mix de folhas e salada de macarrão com brócolis	Chicória e vinagrete
Molho:	Chimichurri	Agridoce	Hortelã	Oriental	Manjericão	Erva picante	Verde
Prato Principal:	Bife de pernil ao m. barbecue	Strogonoff de frango	Filé de peixe ao m. napolitano	Frango assado com ervas	Lasanha à bolonhesa	Frango cremoso	Rocambole de carne
Guarnição:	Cuscuz marroquino	Batata assada	Abobrinha, vagem e brócolis	Milho verde refogado	Chuchu com orégano	Cenoura cozida	Ratatouille
Prato Vegetariano:	Ervilha com broto de feijão e gergelim	Strogonoff de soja	Nhoque à bolonhesa vegetariano	Pimentão recheado com homus	Lasanha de abobrinha	Cuscuz vegetariano	Moqueca vegetariana
Acompanhamentos:	Arroz branco arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca
Sobremesa:	Laranja	Melão	Mamão	Abacaxi	Doce de mamão	Melancia	Banana
Refresco:	Maracujá	Caju	Acerola	Uva	Goiaba	Guaraná	Manga
JANTAR	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório	Refeitório
Salada:	Alface lisa e pepino	Mix de repolho e salada refrescante de lentilha	Alface roxa e salada de feijão fradinho ao vinagrete	Rúcula e tomate	Alface lisa e rabanete	Agrião e tabule	Alface roxa e abóbora ao forno
Molho:	Oriental	Limão	Chipotle	Ervas	Agridoce	Salsa	Laranja e mel
Sopa:	Creme de mandioca	Sopa de canjiquinha	Creme de espinafre	Creme de abóbora com gengibre	Sopa campeira	Creme de batata doce	Sopa rica
Pão:	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada	Torrada
Prato Principal:	Carne de sol	Hambúrguer de carne à pizzaiolo	Escondidinho de frango	Quibe assado	Filé de frango acebolado	Cubos de copa lombo acebolado	Isca de frango acebolada
Prato Vegetariano:	Refogado vegano ao molho teriaky	Hamburguer de legumes	Fava com pimentões	Quibe de legumes com quinoa	Guisado de lentilha	Biryani	Bolinho de grão de bico
Acompanhamentos:	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão preto	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca	Arroz branco, arroz integral e feijão carioca
Sobremesa:	Melancia	Maçã	Compota de frutas	Laranja	Banana	Maçã	Melão
Refresco:	Manga	Guaraná	Limão	Tangerina	Caju	Acerola	Uva

Legenda: PIMENTA, GLÚTEN, PORCO, OLEAGINOSAS, SOJA, COGUMELO, LEITE, OVOS, MEL

Pode conter: Trigo, Aveia, Cevada, Soja, Leite, Ovo e Látex Natural.

-