






# ALMOÇO/LANCHE

16 a 20 de abril de 2018	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>SALADA</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alface e tomate</li> <li>Salada Waldorf</li> <li>Beterraba com quinoa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alface e tomate</li> <li>Mix de repolho</li> <li>Seleta de legumes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alface e tomate</li> <li>Abóbora com cebola roxa</li> <li>Salpicão de legumes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alface e tomate</li> <li>Abobrinha com tomate</li> <li>Caponata de berinjela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alface e tomate</li> <li>Espaguete de legumes</li> <li>Batata com salsa</li> </ul>
<b>PRATO PRINCIPAL</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bife de panela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filé de frango grelhado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bife rolé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frango à pizzaiolo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Isca de peixe no fubá</li> </ul>
<b>ACOMPANHAMENTO</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco e integral</li> <li>Feijão preto</li> <li>Farofa de couve</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco e integral</li> <li>Feijão preto</li> <li>Creme de milho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco e integral</li> <li>Feijão preto</li> <li>Couve-flor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco e integral</li> <li>Feijão manteiga</li> <li>Purê de batata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco e integral</li> <li>Feijão preto</li> <li>Cenoura sauté</li> </ul>
<b>SOBREMESA</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mix de frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salada de frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pavê de limão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Picolé de fruta</li> </ul>
<b>LANCHE</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pão na chapa com polenguinho e suco de goiaba</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo de cenoura e suco de acerola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brioche com queijo minas e suco de melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Broinha de milho com geleia e suco de abacaxi com hortelã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Queijo quente no pão árabe e achocolatado</li> </ul>

- Frutas na sobremesa e lanche
- Mais uma opção de prato principal

Nutricionista: Ana Cristina T. F. de Souza

CRN: 971000204

OBS: o cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio.