

# CARDÁPIO ALMOÇO

ABRIL  
Almoço  
2024

OBS.: arroz e feijão  
são pratos fixos,  
servidos diariamente.

it's cool

## Segunda-feira (01)

Carne moída à bolonhesa  
Peito de frango grelhado  
M. Gravatinha e M. Branco  
Mista de verde  
Tomate  
Salada de Beterraba ralada  
Salada de Lentilhas  
Salada de frutas  
Suco de pêssego

## Terça-feira (02)

Frango xadrez  
Carne assada  
Legumes na Chapa  
Alface crespa  
Tomate  
Trigo em grão  
Salada de Pepino  
Gelflan de morango  
Suco de limão

## Quarta-feira (03)

Bife à Rolê  
Ovo na Chapa  
Purê de Batatas  
Alface americana  
Tomate  
Cebola c/ orégano  
Ametista  
Laranja  
Suco de uva

## Quinta-feira (04)

Fricassê de frango  
Copa Lombo grelhado  
M. Espaguete alho e óleo  
Mista verde  
Tomate  
Grão de bico  
Berinjela temperada  
Sagu  
Suco de acerola

## Sexta-feira (05)

Omelete  
Isclas de carne aceboladas  
Creme de milho  
Alface crespa  
Tomate  
Radite  
Cenoura ralada  
Abacaxi picado  
Suco de laranja

## Segunda-feira (08)

Strogonoff de carne  
Peito de frango grelhado  
Batata palha  
Alface crespa  
Tomate  
Salada de abobrinha  
Salada de pepino  
Melancia  
Suco de Pêssego

## Terça-feira (09)

Carne de Panela  
Peixe à dorê  
Farofa de legumes  
Mista verde  
Tomate  
Quinoa  
Beterraba cozida  
Pudim de chocolate  
Suco de uva

## Quarta-feira (10)

Almôndegas ao sugo  
Frango e M. barbecue  
Lasanha de queijo e presunto  
Alface crespa  
Tomate  
Cenoura ralada e milho  
Salada de brócolis c/ vagem  
Gelatina  
Suco de abacaxi c/ hortelã

## Quinta-feira (11)

Carne assada  
Frango com legumes  
Legumes sauté  
Mista verde  
Tomate  
Pepino  
Berinjela temperada  
Mamão picado  
Suco de tangerina

## Sexta-feira (12)

Frango assado  
Ovos  
Farofa crocante  
Alface crespa  
Tomate  
Repolho roxo  
Salada de proteína de soja  
Abacaxi  
Suco de limão

## Segunda-feira (15)

Ovos Mexidos  
Copa lombo grelhado  
Polenta gratinada  
Mista verde  
Tomate  
Trigo em grão  
Couve  
Melancia picada  
Suco de uva

## Terça-feira (16)

Frango à Pizzaiolo  
Quibe assado  
Parafuso à primavera  
Alface americana  
Tomate  
Beterraba ralada  
Salada de repolho cozido  
Maçã  
Suco de morango

## Quarta-feira (17)

Moqueca de Peixe  
Bife grelhado  
Farofa de banana  
Alface crespa  
Tomate  
Pepino japonês  
Quinoa  
Pudim crocante  
Suco de Limão

## Quinta-feira (18)

Frango assado  
Lombo desfiado c/ cheiro verde  
Quibebe de abóbora  
Mista verde  
Tomate  
Grão de bico  
Caponata  
Gelatina colorida

## Sexta-feira (19)

Tirinhas de frango grelhadas  
Ovo na chapa  
Macarrão com legumes  
Alface crespa  
Tomate  
Ametista  
Pts  
Melancia fatiada  
Suco de Pêssego

## Segunda-feira (22)

Bife acebolado  
Frango caipira  
Creme de milho  
Alface lisa  
Tomate  
Salada de abobrinha  
Lentilha  
Melão  
Suco de melancia

## Terça-feira (23)

Frango assado  
Carne moída ao molho  
Legumes sautee  
Mista verde  
Tomate  
Grãos  
Repolho bicolor  
Maçã  
Suco de uva

## Quarta-feira (24)

Barreado  
Peito de frango grelhado  
Banana poche e Farinha  
Mista verde  
Tomate  
Vinagrete  
Salada de ervilha cozida  
Gelatina  
Suco de Abacaxi

## Quinta-feira (25)

Hamburguer com queijo / Pão  
Tiras de frango grelhada  
Batata smile  
Alface americana  
Tomate  
Salada de milho  
Cenoura ralada  
Brigadeiro  
Suco de Limão

## Sexta-feira (26)

Frango à Parmegianna  
Omelete  
M. Espaguete ao Pesto  
Alface lisa  
Tomate  
Feijão fradinho  
Beterraba cozida  
Banana  
Suco de laranja

## Segunda-feira (29)

Carne moída com batatas  
Copa lombo grelhado  
Polenta cremosa (m. sugo)  
Alface  
Tomate  
Pepino japonês  
Cenoura ralada  
Melão picado  
Suco de Tangerina

## Terça-feira (30)

Bife acebolado  
Ovo na chapa  
Macarrão Talharim e m. sugo  
Alface  
Tomate  
Salada de chuchu  
Trigo em grão  
Sagu  
Suco de Limão

\*O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, devido à safra de algumas frutas e verduras.