**CARDÁPIO SEMANAL - SEMANA DE 22/09 À 26/10/18**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PREPARAÇÃO** | **SEGUNDA – FEIRA 22** | **TERÇA-FEIRA 23** | **QUARTA – FEIRA 24** | **QUINTA – FEIRA 25** | **SEXTA – FEIRA 26** |
|  | **Arroz**  **Arroz Integral**  **Feijão carioca** | **Arroz**  **Arroz Integral**  **Feijão carioca** | **Arroz**  **Arroz Integral**  **Feijão carioca** | **Arroz**  **Arroz Integral**  **Feijão carioca** | **Arroz**  **Arroz Integral**  **Feijão Carioca** |
| **Principal** | **Cozido com mandioca e cenoura** | **Rosbife de lagarto** | **Bife de panela** | **Fricassê de frango** | **Feijoada** |
| **Opção** | **Filé de frango grelhado** | **Tulipa crocante** | **Frango assado** | **Bife acebolado** | **Filé de frango** |
| **Opção Veget.** | **Ovos cozido** | **-** | **Ovos frito** | **Ovos mexido** | **Omelete** |
| **Guarnições** | **Couve flor**  **Abobrinha a pizzaiolo** | **Purê de batata**  **Ninho de espinafre**  **Macarrão ao sugo** | **Banana assada**  **Farofa**  **Legumes ref.** | **Batata Baroa refogada**  **Tarjine de jiló** | **Couve refogada**  **Farofa crocante** |
| **Saladas** | **- Saladas verde...**  **- Salada de tomate**  **- Salada vagem**  **- Salada vinagrete** | **- Saladas verde...**  **- Salada de tomate**  **- Berinjela com orégano**  **- Salada de beterraba** | **- Saladas verde...**  **- Salada de tomate**  **- Salada de repolho**  **- Cenoura com molho chimichurri** | **- Saladas verde...**  **- Salada de tomate**  **- Salada de maionese**  **- Salada tabule** | **- Saladas verde**  **- Salada de tomate**  **- Salada de laranjas**  **- Salada francesa** |
| **Sobremesa** | **Frutas** | **Fruta** | **Fruta** | **Fruta** | **Fruta** |
| **Lanche** | **Café, suco, Bolo** | **Café, suco, sanduiche frio** | **Café, suco, Rosca** | **Café, suco, Torta salgada** | **Cesta de frutas** |

**OBS: Cardápio sujeito a alterações**