



Cardápio

Semana



do RU



De 10 à 14



de

novembro



***Cardápio semanal informativo - sujeito a alterações.**





Cardápio Semanal

Segunda-feira 10/11

Almoço

Jantar

Prato principal

Carne moída

Pernil

Guarnição

Macarrão alho e óleo

Polenta

Acompanhamento

Arroz branco/ arroz integral/ feijão de caldo

Arroz branco/ arroz integral/ feijão de caldo

**Vegetariana/
vegano**

**Berinjela recheada
com pts**

**Grão de bico refogado
com legumes/ ovo cozido**

Salada

**Couve/ abobrinha/
almeirão**

**Alface/ tabule/
beterraba ralada**

Sobremesa

Maçã

Laranja



Cardápio Semanal

Terça-feira 11/11

Almoço

Jantar

Prato principal

Strogonoff
Bovino

Frango cremoso

Guarnição

Batata Palha

Macarrão

Acompanhamento

Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo

Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo

**Vegetariana/
vegano**

Omelete/ lentilha
com cenoura

Abobrinha recheada
com pts

Salada

Alface com laranja/
tomate/ pepino

Acelga/ repolho
roxo/ tomate

Sobremesa

Melancia

Melão



Cardápio Semanal

Quarta-feira 12/11

Almoço

Jantar

Prato principal

Frango Assado

Bife Bovino

Guarnição

**Legumes Sauté
(batata e chuchu)**

Cenoura cozida

Acompanhamento

**Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo**

**Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo**

**Vegetariana/
vegano**

**Grão de bico
com legumes**

**Ovos mexidos/
almôndega vegana**

Salada

**Acelga/ beterraba
cozida/ pepino**

**Alface/ pepino/
beterraba ralada**

Sobremesa

Laranja

Maçã



Cardápio Semanal

Quinta-feira 13/11

Almoço

Jantar

Prato principal

Bife Suíno
acebolado

Strogonoff de
frango

Guarnição

Quibebe de
mandioca

Batata palha

Acompanhamento

Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo

Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo

**Vegetariana/
vegano**

Lentilha com
abobrinha

Strogonoff de
grão de bico

Salada

Repolho roxo/ vinagrete
de grão de bico/ pepino

Couve/ vinagrete/
alface

Sobremesa

Laranja

Melancia



Cardápio Semanal

Sexta-feira 14/11

Almoço

Jantar

Prato principal

Coxa de frango

**Carne moída
ao sugo**

Guarnição

Polenta

**Repolho
refogado**

Acompanhamento

**Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo**

**Arroz branco/ arroz
integral/ feijão de caldo**

**Vegetariana/
vegano**

**Torta de grão de
bico com pts**

Pts com legumes

Salada

**Rúcula/ cenoura
ralada/ tomate**

**Almeirão/ beterraba
cozida/ tabule**

Sobremesa

Banana

Maçã

Cardápio Semanal

Pesquisa de satisfação



Sua opinião é muito importante!