

# CARDÁPIO ALMOÇO

## NOVEMBRO 2024



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
				<b>01/11</b>
				Salada de alface, tomate, Arroz/feijão preto Costelinha suína Farofa de banana Fruta sazonal
<b>04/11</b>	<b>05/11</b>	<b>06/11</b>	<b>07/11</b>	<b>08/11</b>
Salada de alface, tomate e cenoura Arroz/feijão Coxinha de frango assada ao molho de laranja Batata assada (junto com o frango, servidas separadamente) Fruta sazonal	Salada de repolho roxo, tomate Arroz/ feijão preto Picadinho de carne com legumes Farofa com cenoura Fruta sazonal	Salada de alface, tomate Arroz/feijão Filézinho de peixe empanado Purê de mandioca mousse de maracujá com raspas de chocolate meio amargo	Salada de acelga com tomate Espaguete a bolonhesa Brócolis ao alho Fruta sazonal	Salada de alface, tomate Arroz/feijão Hambúrguer de Frango Cenoura em Palito Fruta sazonal
<b>11/11</b>	<b>12/11</b>	<b>13/11</b>	<b>14/11</b>	<b>15/11</b>
Salada de alface e Guacamole Arroz/ feijão Carne em tirinhas no próprio molho Milho na Manteiga assado Fruta sazonal	Salada de acelga com tomate Arroz/feijão Strogonoff de frango batatas rústicas assadas Fruta sazonal	Salada de alface, tomate Arroz/feijão Filézinho suíno Farofa úmida de ovo Fruta sazonal	Salada de alface e pepino Fusilli alho e óleo Hamburguer de Carne e Molho Pomodoro Brócolis refogado Brigadeiro de colher (cacau ) 1 porção	FERIADO
<b>18/11</b>	<b>19/11</b>	<b>20/11</b>	<b>21/11</b>	<b>22/11</b>
Salada de alface, tomate cereja Arroz/feijão Bife grelhado Farofa de cebola Banana Assada com canela (1 porção)	Salada de alface, tomate e cenoura Arroz/feijão preto Frango assado ao molho de laranja Creme de Milho Fruta sazonal	FERIADO	Salada de alface e tomate Arroz/feijão Filé de frango Grelhado beterraba cozida (gomos) Fruta sazonal	Salada de Grão de Bico Arroz/feijão Kibe de assadeira recheado com queijo Purê de abóbora Fruta sazonal
<b>25/11</b>	<b>26/11</b>	<b>27/11</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>
Salada de Rúcula, alface, tomate Arroz e feijão Coxinha da asa assada farofa de ovo e cenoura Fruta sazonal	Salada de alface e pepino Fusili alho e óleo Almôndegas ao molho tomate rústico Brócolis refogado Fruta sazonal	Salada de alface, tomate Arroz/feijão Filézinho de peixe empanado Purê de batata Doce de leite com banana e canela (1 porção)	Salada de alface crespa e roxa com tomate e pepino Arroz/ feijão Bife a parmegiana assado Couve flor ao alho Fruta sazonal	Salada de acelga, tomate Arroz/feijão Filézinho de frango empanado Purê de mandioquinha Fruta sazonal