

# Cardápio Almoço

## Março 2026



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>02/03</b>	<b>03/03</b>	<b>04/03</b>	<b>05/03</b>	<b>06/03</b>
Salada de couve Arroz Mini feijoada (carne de soja e legumes) Farofa (Ovo opcional) Fruta sazonal	Salada de agrião com pepino e palmito Arroz /Feijão Coxa e sobrecoxa de frango Milho na manteiga Fruta sazonal	Salada de rúcula com manga e tomatinho cereja Arroz / Feijão Carne moída refogada vagem picadinha refogada Fruta sazonal	Salada alface roxa com tomate Fusilli ao sugo Cubinhos de frango ensopadinho buquezinho de Brócolis no vapor Fruta sazonal	Salada de alface, agrião e milho Arroz/Feijão preto Filé de peixe grelhado Purê de batata Fruta sazonal
<b>09/03</b>	<b>10/03</b>	<b>11/03</b>	<b>12/02</b>	<b>13/03</b>
Salada de folhas verdes, ovos de codorna e tomate Arroz /Feijão Bifinho grelhado com molho de cebolas Batatas ao murro Fruta sazonal	Salada de repolho roxo , molho de iogurte com limão Arroz /Feijão preto Costelinha de porco molho barbecue Couve refogada Fruta sazonal	Salada de Tabule Arroz /Feijão Carne de panela Farofa de cenoura ralada Doce de banana	Salada de folhas verdes com pepino Arroz /Feijão Strogonoff de grão de bico Batata palito rústica (Ovo opcional) Fruta sazonal	Salada de grãos Arroz/feijão Isclas de peixe empanado no forno Purê de mandioquinha Fruta sazonal
<b>16/03</b>	<b>17/03</b>	<b>18/03</b>	<b>19/03</b>	<b>20/03</b>
Salada de folhas verdes, tomate Arroz /Feijão Fricassé de frango ao molho de tomate e milho Fruta sazonal	Salada fatuche Arroz/ lentilha Kíbe de batata assado Creme de abóbora (Ovo opcional) Fruta sazonal	Salada de couve com tomates picados e laranja em cubos Arroz /Feijão preto Filé mignon suíno Farofa cenoura e azeitonas verdes Fruta sazonal	Salada de alface , manga e tomatinho Arroz / Feijão Carne desfiada ao molho ervilha refogada Fruta sazonal	Salada Panzanella Espaguete na manteiga Coxinha da asa assadas com molho de laranja Fruta sazonal
<b>23/03</b>	<b>24/03</b>	<b>25/03</b>	<b>26/03</b>	<b>27/03</b>
Salada de alface com agrião e ovos Arroz/ feijão Filé de frango com molho de ervas Beterraba e cenoura em palitinhos Fruta sazonal	Salada de rúcula e brócolis Rigatoni com molho branco com parmesão Isclas de carne ao molho madeira Fruta sazonal	Salada de grãos Arroz/feijão Isclas de peixe assados purê de batata Fruta sazonal	Salada alface Americana e mini tomates Arroz/Feijão Lasanha de abobrinha Couve flor refogada Fruta sazonal	Salada de repolho roxo , molho de iogurte com limão Arroz /Feijão preto Costelinha de porco Farofa de banana da terra Brigadeiro
<b>30/03</b>	<b>31/03</b>			
Salada de acelga e cenoura ralada Espaguete ao sugo Coxa e sobrecoxa assada Fruta sazonal	Salada caesar Arroz /Feijão Strogonoff de carne Batata palito assada Fruta sazonal			