



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

sodexo
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

CARDÁPIO DO ALMOÇO – MÓBILE – JULHO/AGOSTO 2019 (2ª e 4ª-feira)

		PRATOS-BASE	PRATOS-BASE	SALADA 1 (FOLHA)	SALADA 2 (TOMATE)	SALADA 3 (GRÃO)	SALADA 4(COZIDA)	SALADA 5 (CRUA)	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO I	GUARNIÇÃO II	SOBREMESA	BEBIDA I	BEBIDA II	MOLHO P/ SALADA
4ª feira	31/jul	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOÇA	MIX DE FOLHAS	TOMATE	GRÃO-DE-BICO	BETERRABA	CENOURA RALADA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	HAMBÚRGUER GRELHADO C/ QUEIJO	BATATA PALITO ASSADA	PÃO DE HAMBÚRGUER	MELANCIA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE ABACAXI	MOLHO DE LIMÃO
2ª feira	05/ago	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	LENTILHA	BATATA-DOCE	BETERRABA RALADA	OMELETE DE QUEIJO	CARNE LOUCA	MANDIOCA SAUTÉ	FAROFA	MELÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE UVA	MOLHO ROSÉ
4ª feira	07/ago	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOÇA	ALFACE	TOMATE	TRIGO EM GRÃO TEMPERADO	VAGEM TEMPERADA	PEPINO	SOBRECOXA ASSADA	CARNE MOÍDA REFOGADA	MACARRÃO AO SUGO	CENOURA BABY	MEXERICA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE GOIABA	MOLHO PESTO
2ª feira	12/ago	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	ERVILHA	COUVE-FLOR	MANDIOQUINHA	CUBOS DE FRANGO GRELHADO	BIFE DE PANELA À POMODORO	VAGEM C/ CENOURA	BRÓCOLIS	MELANCIA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE ABACAXI	MOLHO DE ALHO
4ª feira	14/ago	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOÇA	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO-BRANCO	CENOURA PALITO	TABULE	PEIXE NO FUBÁ	QUIBE	CREME DE ESPINAFRE	ABÓBORA SAUTÉ	DOCE DE LEITE	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MARACUJÁ	MOLHO DE LIMÃO
2ª feira	19/ago	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	TRIGO EM GRÃO TEMPERADO	JARDINEIRA DE LEGUMES	BETERRABA RALADA	CUBOS DE FRANGO GRELHADO	CARNE ASSADA AO MOLHO MADEIRA	PURÊ DE BATATA	COUVE REFOGADA	MAMÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE GOIABA	MOLHO DE ERVAS
4ª feira	21/ago	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOÇA	ALFACE	TOMATE	EDAMAME	COUVE-FLOR	CENOURA RALADA	OMELETE	ISCAS DE CARNE GRELHADA	BATATA BOLINHA ASSADA	BERINJELA À NAPOLITANA	MELÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE PÊSSEGO	MOLHO DE LIMÃO
2ª feira	26/ago	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO-FRADINHO	BETERRABA COZIDA	PEPINO C/ RABANETE	FRICASSÉ DE FRANGO	CUBOS DE CARNE GRELHADA	BATATA RÚSTICA	ACELGA REFOGADA COM TOMATES	ABACAXI	SUCO DE LARANJA	SUCO DE GOIABA	MOLHO DE ERVAS
4ª feira	28/ago	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOÇA	ALFACE	TOMATE	ERVILHA	ABÓBORA	BATATA-DOCE	PEIXE ASSADO	BIFE GRELHADO	PURÊ MISTO (mandioquinha c/ batata)	COUVE REFOGADA	GELATINA DE MORANGO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE PÊSSEGO	MOLHO ROSÉ