



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 ALMOÇO - MÓBILE - SETEMBRO/2019

DATA		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
2ª-feira	02/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	SOJA	VAGEM TEMPERADA	CENOURA RALADA	SOBRECOXA NO FORNO	CARNE ASSADA AO MOLHO MADEIRA	BATATA-DOCE ASSADA	BRÓCOLIS	MELÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE UVA	MOLHO ROSÉ
4ª-feira	04/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	GRÃO-DE-BICO	BRÓCOLIS	PEPINO	PEIXE AO FORNO	HAMBÚRGUER DE PICANHA	FAROFA	CREME DE ESPINAFRE	MEXERICIA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE GOIABA	MOLHO PESTO
2ª-feira	09/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	LENTILHA	TABULE	MANDIOQUINHA	FRICASSÉ DE FRANGO	CARNE MOÍDA REFOGADA	BATATA RÚSTICA	CENOURA COM SALSAS	MAMÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE ABACAXI	MOLHO DE ALHO
4ª-feira	11/set	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	TRIGO EM GRÃO TEMPERADO	CHUCHU C/ SALSAS	BETERRABA RALADA	ISCAS DE FRANGO	CARNE DESFIADA COM MOLHO	MACARRÃO AO SUGO	ABOBRINHA SAUTÉ	PALHA ITALIANA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MARACUJÁ	MOLHO DE LIMÃO
2ª-feira	16/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	ERVILHA	SALADA DE MACARRÃO	PEPINO C/ RABANETE	ISCAS DE FRANGO GRELHADO	HAMBÚRGUER DE PICANHA	BATATA BOLINHA AO FORNO	ESCAROLA REFOGADA	MELANCIA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE GOIABA	MOLHO DE ERVAS
4ª-feira	18/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO-BRANCO	BATATA-DOCE	BERINIELA TEMPERADA	PEIXE ASSADO	MAMINHA ASSADA	CENOURA BABY	BRÓCOLIS	MAMÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE PÊSSEGO	MOLHO DE LIMÃO
2ª-feira	23/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO-FRADINHO	COUVE-FLOR	BETERRABA RALADA	OVO MEXIDO	BIFE GRELHADO	FAROFA	COUVE REFOGADA	MAÇÃ	SUCO DE LARANJA	SUCO DE GOIABA	MOLHO DE ERVAS
4ª-feira	25/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	ERVILHA	BETERRABA COZIDA	CENOURA RALADA	CUBOS DE FRANGO GRELHADO	QUIBE DE FORNO	BATATA ASSADA COM ERVAS	FAROFA	GELATINA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE PÊSSEGO	MOLHO ROSÉ
2ª-feira	30/set	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	MIX DE FOLHAS	TOMATE	GRÃO-DE-BICO	MINIPÃO	PEPINO	FILE DE FRANGO GRELHADO	CARNE DESFIADA COM MOLHO	PURÊ MISTO	BRÓCOLIS	MELANCIA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE ABACAXI	MOLHO DE LIMÃO