



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 - PERÍODO ESTENDIDO - FEVEREIRO/2021**

		PRATOS-BASE	PRATOS-BASE	SALADA 1 (FOLHA)	SALADA 2 (TOMATE)	SALADA 3 (DIVERSA)	PRATO PRINCIPAL 1	PRATO PRINCIPAL 2	GUARNIÇÃO 1	SOBREMESA	BEBIDA
2ª-feira	01/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	BRÓCOLIS	SOBRECOXA ASSADA	CARNE ASSADA COM MOLHO MADEIRA	CENOURA C/ ERVILHAS	MELÃO	SUCO DE LARANJA
3ª-feira	02/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO-BRANCO	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	QUIBE RECHEADO	JARDINEIRA DE LEGUMES	MELANCIA	SUCO DE LARANJA
4ª-feira	03/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	COUVE-FLOR	PEIXE AO FORNO	HAMBÚRGUER DE PICANHA	CREME DE ESPINAFRE	ABACAXI	SUCO DE LARANJA
5ª-feira	04/fev	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	BETERRABA RALADA	CUBOS DE FRANGO	STROGONOFF DE CARNE	BATATA CORADA	MAÇÃ	SUCO DE LARANJA
6ª-feira	05/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	MIX DE FOLHAS	TOMATE	PEPINO C/ RABANETE	FRANGO À PASSARINHO	YAKISSOBA DE CARNE	BERINJELA NAPOLITANA	MAMÃO	SUCO DE LARANJA
2ª-feira	08/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	PEPINO EM RODELAS	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA	MACARRÃO AO SUGO	MAMÃO	SUCO DE LARANJA
3ª-feira	09/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	CENOURA RALADA	PEIXE NO FUBÁ	BIFE GRELHADO	MACARRÃO AO SUGO	LARANJA	SUCO DE LARANJA
4ª-feira	10/fev	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	BETERRABA RALADA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	CARNE DESFIADA COM MOLHO	BATATA RÚSTICA	PALHA ITALIANA	SUCO DE LARANJA
5ª-feira	11/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	PEPINO EM TIRAS	FILÉ DE FRANGO EMPANADO E ASSADO	ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA	BRÓCOLIS	ABACAXI	SUCO DE LARANJA
6ª-feira	12/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	MIX DE FOLHAS	TOMATE	FEIJÃO-BRANCO	CARNE SUÍNA GRELHADA	ISCAS DE CARNE À CHINESA	VIRADO DE ACELGA	SALADA DE FRUTAS	SUCO DE LARANJA
2ª-feira	15/fev	<b>RECESSO</b>									
3ª-feira	16/fev	<b>CARNAVAL</b>									
4ª-feira	17/fev	<b>RECESSO</b>									
5ª-feira	18/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	MIX DE FOLHAS	TOMATE	PEPINO	OMELETE DE FORNO (COM BATATA E TOMATE EM CUBINHOS)	HAMBÚRGUER DE PICANHA	BATATA RÚSTICA	ABACAXI	SUCO DE LARANJA
6ª-feira	19/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	SALADA FATUCHE	FRANGO XADREZ	ALMÔNDEGAS	VERDURAS REFOGADAS	MAÇÃ	SUCO DE LARANJA
2ª-feira	22/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	BETERRABA RALADA	OVO MEXIDO	BIFE GRELHADO	FAROFA	MAÇÃ	SUCO DE LARANJA
3ª-feira	23/fev	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	MILHO EM GRÃO	FILEZINHO DE FRANGO GRELHADO	CARNE MOÍDA	MACARRÃO AO SUGO	MELÃO	SUCO DE LARANJA
4ª-feira	24/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	CENOURA RALADA	CUBOS DE FRANGO GRELHADOS	QUIBE DE FORNO	BRÓCOLIS	GELATINA (MAÇÃ)	SUCO DE LARANJA
5ª-feira	25/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-PRETO	MIX DE FOLHAS	TOMATE	RABANETE FATIADO	PEIXE NO FUBÁ	CARNE EM CUBOS AO MOLHO ROTI	COUVE-FLOR GRATINADA	GELATINA (MAÇÃ)	SUCO DE LARANJA
6ª-feira	26/fev	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	SOJA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	CARNE SUÍNA GRELHADA	COUVE REFOGADA	BANANA	SUCO DE LARANJA