

AGOSTO / 2022

DATA	DIA DA SEMANA	SALADA 1	SALADA 2	SALADA 3	SALADA 4	SALADA 5	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SOBREMESA/FRUTA	SUCO
01-Aug	SEG	ALFACE	TOMATE	GRÃO DE BICO	CENOURA COZIDA	MASSARELA DE BUFALA COM TOMATE CEREA E MANEIRÃO	STROGONOFF DE CARNE	FILE DE COXA ASSADO	BOLINHO DE ARROZ COM QUEIJO E LENTILHA	BATATA PALHA / ERVILHAS FRESCA SAUTE	MAMÃO	SUCO
02-Aug	TER	ALFACE	TOMATE	LENTILHA AD VINAGRETE	ABOBRINHA SAUTE	WALDORF	CARNE ASSADA AO MOLHO FERRUGEM	ISCA DE ST PETER NA CROSTA DE ERVAS	TOMATE RECHADO COM QUEIJO E QUINOA	FAROFA DE BANANA / COUVE REFOGADA	MAÇÃ / COCADA CREMOSA	SUCO
03-Aug	QUA	ALFACE	TOMATE CEREA	ARROZ NEGRO	BETERRABA COZIDA	OVOS DE CODORNA	LASANHA A BOLOMESA	FILE DE FRANGO GRELHADO	LASANHA DE BERINELA COM QUEIJO	BROCCOLI SAUTE / ESPIGA DE MILHO	MELANCIA	SUCO
04-Aug	QUI	ALFACE	TOMATE	ERVILHA	PEPINO JAPONÊS	ESPAGUETE DE PUPUNHA	CUBOS DE ALCATRA ACEBOLADO	OVO AO MOLHO SUGO GRATINADO COM MUISSARELA	KIBE DE ABOBORA COM QUEIJO BRANCO	MACARRÃO A PRIMAVERA / BETERRABA REFOGADO	BANANA / GELATINA MOSAICO COM CREME	SUCO
05-Aug	SEX	ALFACE	TOMATE CEREA	TRIGO EM GRÃO	CHUCHU TEMPERADO	CARPACCIO DE ABACAXI COM MEL	ISCA DE FRANGO CROCANTE	BIFE ROLÉ	ROLE DE ABOBRINHA COM QUEIJO, LEGUMES, GRÃO DE BICO	SELETA DE LEGUMES (VAGEM E CENOURA) / REPOLHO BICOLOR	DUE MELÃO & MANGA	SUCO
06-Aug	SAB											
07-Aug	DOM											
08-Aug	SEG	ALFACE	TOMATE	QUINOA VINAGRETE	MOYASHI AO SHOYO	TROPICALIA (KANI, MANGA E PEPINO)	ISCAS DE CARNE AO MOLHO SHOYO	FRANGO XADREZ	LASANHA DE ABOBRINHA COM QUEIJO	MACARRÃO LAMEN ALHO E ÓLEO / BUQUE MISTO	MELANCIA	SUCO
09-Aug	TER	ALFACE	TOMATE	CEVADINHA	QUIABO	CARPACCIO DE BERINELA COM MOLHO	BIFE A MILANESA	CUBOS DE FRANGO AO MOLHO DE MOSTARDA	BERINELA A CAVALO	CREME DE MILHO / CENOURA REFOGADA	MAÇÃ / MOUSSE DE MORANGO	SUCO
10-Aug	QUA	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO ROSA	BATATA BOLINHA	RATATULE	MOQUECA DE PEIXE	ISCA DE CARNE GRELHADA	MOQUECA DE BANANA DA TERRA	PURE DE MANDIOQUINHA / ESPINAFRE REFOGADO	ABACAXI COM RASPAS DE LIMÃO	SUCO
11-Aug	QUI	ALFACE	TOMATE	ARROZ VERMELHO	MILHO	ABÓBORA COM CASCA ASSADA	ALMÔNDOGAS ASSADA	FILE DE FRANGO GRELHADO	ALMÔNDOGAS ERVILHA SECA	NHOQUE AO SUGO / ACELGA CORAL	BANANA / PALHA ITALIANA	SUCO
12-Aug	SEX	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO BRANCO	PEPINO JAPONÊS	PATÉ DE ERVAS & TORRADA	ROCOMBOLE DE CARNE	FILE DE FRANGO AO MOLHO DE HORTELÃ	ROCOMBOLE DE TOFU	QUIBEBE / CHUCHU COM OVOS	MELÃO ORANGE	SUCO
13-Aug	SAB											
14-Aug	DOM											
15-Aug	SEG	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO FRADINHO	CENOURA RALADA	VINAGRETE	STROGONOFF DE FRANGO	FILE DE ALCATRA GRELHADO	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO	BATATA PALHA / ROSTY DE LEGUMES	ABACAXI	SUCO
16-Aug	TER	ALFACE	TOMATE	GRÃO DE BICO	PEPINO JAPONÊS	COUVE AO MOLHO SHOYO	ESCONDIDINHO DE CARNE	FILE DE FRANGO GRELHADO	ESCONDIDINHO PTS	CHUCHU ASSADO COM PARMESÃO / ESCAROLA VIAGRETE	MAÇÃ / BANOFF	SUCO
17-Aug	QUA	ALFACE	TOMATE	LENTILHA AD VINAGRETE	PIMENTA CAMBUÇI	BANANA DA TERRA AO MOLHO DE LIMÃO	SOBRECOXA ASSADA	CARNE MOIDA REFOGADA	ABOBRINHA RECHADA COM QUINOA E QUEIJO	MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO ALHO E ÓLEO / RATATULE	ABACAXI COM RASPAS DE LIMÃO	SUCO
18-Aug	QUI	ALFACE	TOMATE	ARROZ NEGRO	BATATA DOCE	MAIONESE	ISCA DE ALCATRA GRELHADA	DRUMET DE FRANGO AO SUGO DE LARANJA E MEL	TORTA COM LEGUMES E LENTILHA	EDNCHICHLONE AO POMODORO / COUVE REFOGADA	BANANA / BRIGADEIRO	SUCO
19-Aug	SEX	ALFACE	TOMATE	ERVILHA	ABOBRINHA	BATATA BOLINHA AD VINAGRETE	SALMÃO AO MOLHO DE ERVAS	CUBOS DE ALCATRA AO MOLHO	REFOGADO DE FEIJÃO BRANCO	ARROZ CREMOSO DE PALMTO / CENOURA BABY SAUTE	MELANCIA	SUCO
20-Aug	SAB											
21-Aug	DOM											
22-Aug	SEG	ALFACE	TOMATE	TRIGO EM GRÃO	CHUCHU TEMPERADO	CAMPONATA DE BERINELA	FRICASSÉ DE FRANGO	MAMINHA ASSADA	FRICASSÉ DE LEGUMES + GRAÇOS	VAGEM / MANDIOQUINHA NO VAPOR	UVA THOMPSON	SUCO
23-Aug	TER	ALFACE	TOMATE	QUINOA VINAGRETE	LEGUMES AMERICANOS	PALMITO COM TOMATE CEREA	FRANGO ENSOPADO	BIFE AO MOLHO DE AZEITONA	LASANHA DE BERINELA COM QUEIJO	QUIABO / POLENTA CREMOSA	BANANA / TORTA HOLANDESA	SUCO
24-Aug	QUA	ALFACE	TOMATE	CEVADINHA	VAGEM	CEBOLA ROXA DEFUMADA	LAGARTO ASSADO	OMELETE DE QUEIJO AO FORNO	KIBE DE ABOBORA COM QUEIJO BRANCO	BATATA AO MURRO / FAROFA RICA	MANGA	SUCO
25-Aug	QUI	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO ROSA	BETERRABA RALADA	OVOS DE CODORNA	TORTA FOLHADA DE FRANGO COM CATUPURY	BIFE GRELHADO	CHARUTO DE REPOLHO COM LENTILHA E PTS	MANDIOCA SAUTE / COUVE CRISPY	ABACAXI / MOUSSE DE LIMÃO	SUCO
26-Aug	SEX	ALFACE	TOMATE	ARROZ VERMELHO	ABÓBORA	TABULE	KIBE RECHADO COM QUEIJO BRANCO	FILE DE FRANGO AO MOLHO DE HORTELÃ	ABOBRINHA COM QUEIJO BRANCO	ARROZ SÍRIO / ESPIGA DE QUEIJO	MAÇÃ ASSADA COM HORTELÃ	SUCO
27-Aug	SAB											
28-Aug	DOM											
29-Aug	SEG	ALFACE	TOMATE	FEIJÃO FRADINHO	PEPINO JAPONÊS	MACARONISE	FILE DE FRANGO AO MOLHO DE MANDIOCA	ISCA DE CARNE COM MOYASHI	CANDA DE ABOBRINHA COM PTS	ARROZ BIRO BIRO / BRÓCOLIS AO VAPOR	MELANCIA	SUCO
30-Aug	TER	ALFACE	TOMATE	GRÃO DE BICO	JARDINEIRA DE LEGUMES	MANDIOCA ASSADA	ISCA DE FRANGO A PARMEGIANA	CARNE MOIDA COM MILHO	KIBE DE LENTILHA	ESPAGUETE ALHO E ÓLEO / CHIPS DE BETERRABA	MAÇÃ / BROWNIE OREG	SUCO
31-Aug	QUA	ALFACE	TOMATE	LENTILHA AD VINAGRETE	BETERRABA	CUSCUZ PALUSTA COM TOMATE	FILE DE ST PETER CROCANTE	CUBOS DE ALCATRA COM BATATA	HAMBURGUER DE GRÃO DE BICO	CREME DE ESPINAFRE / CENOURA REFOGADA	ABACAXI	SUCO

NUTRICIONISTAS RESPONSÁVEIS PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: PRISCILA HELNAN ALGRANTI, MIRELLA NARANJO
 IMPORTANTE: Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade dos produtos

DATE	DAY OF WEEK	SALAD 1	SALAD 2	SALAD 3	SALAD 4	SALAD 5	DISH 1 (Main Course)	OPTION	VEGETARIAN	SIDE DISH	DESSERT / FRUIT	JUICE
01-Aug	MON	LETTUCE	TOMATE	CHICKPEAS	CARROTS	ZZARELA WITH CHERRY	Beef stroganoff	Roasted Chicken	RICE CAKE WITH CHEESE AND LENTIL	Shoestring Potatoes / Sautéed peas	PAPAYA	JUICE
02-Aug	TUE	LETTUCE	TOMATE	ENTLS W/ VINAGRETE	SEASONED ZUCCHINI	WALDORF	Roasted Meat	Baked Fish	TOMATOES STUFFED WITH CHEESE AND QUINOA	"larofa banana" / Collard Greens	APPLE /CREAMY COCADA	JUICE
03-Aug	WED	LETTUCE	TOMATE	BLACK RICE	BEEETS	QUAIL EGGS	Lasagna Bolognese	Grilled chicken	EGGPLANT LASAGNA WITH CHEESE	BROCCOLI SAUTE / CORN ON THE COB	WATERMELON	JUICE
04-Aug	THU	LETTUCE	TOMATE	PEAS	CUCUMBER	HEART OF PALM	Diced beef	egg in sauce with sugo gratin with cheese	PUMPKIN KIBE WITH WHITE CHEESE	SPRING MACARONI / BEET	* banana/ Jelly Mosaic	JUICE
05-Aug	FRI	LETTUCE	TOMATE	WHEAT GRAIN	CHAYOTE W/ PARSLEY	APPLE CARPACCIO	Crispy chicken	Italian Stuffed beef rolls	zucchini roll with cheese, veggies, chickpeas	SELECTED TOP VEGETABLES (LETTUCE AND CARROTS) / TWO-COLOR CARROT	DUE MELON & MANGO	JUICE
06-Aug	SAT											
07-Aug	SUN											
08-Aug	MON	LETTUCE	TOMATE	QUINOA VINAGRETE	MOYASHI W/ SOY	KANI KAMA W/ CUCUMBER	BRAISED GROUND BEEF	KUNG PAO CHICKEN	ZUCCHINI LASAGNA WITH CHEESE	GARLIC AND OIL LAMEN MACARONI / MIXED BUQUE	WATERMELON	JUICE
09-Aug	TUE	LETTUCE	TOMATE	BARLEY	OKRA	EGGPLANT CARPACCIO	REBREADED STEAK	CHICKEN IN MUSTARD SAUCE	EGGPLANT ON HORSE	CORN CREAM / SAWED CARROT	APPLE / STRAWBERRY MOUSSE	JUICE
10-Aug	WED	LETTUCE	TOMATE	BLACK EYED BEANS	POTATOES W/ HERBS	RATATULE	FISH MOQUECA	GRILLED MEAT	TERRA BANANA MOQUECA	PURE MANDIOQUINHA / SAWED SPINACH	PINEAPPLE	JUICE
11-Aug	THU	LETTUCE	TOMATE	RED RICE	CORN	PUMPKIN	MEATBALLS	GRILLED CHICKEN	DRY PEA MEATTERS	GNOCOC WITH SUGO / CORAL CHARD	BANANA / FUDGE	JUICE
12-Aug	FRI	LETTUCE	TOMATE	WHITE BEANS	CUCUMBER	HERBS PATÉ W/ TOAST						
13-Aug	SAT											
14-Aug	SUN											
15-Aug	MON	LETTUCE	TOMATE	BLACK EYED BEANS	GRATED CARROTS	VINAGRETE	CHICKEN STROGONOFF	STEAK	CHICKPEAN STROGONOFF	STRAW POTATO / VEGETABLES ROSTY	PINEAPPLE	JUICE
16-Aug	TUE	LETTUCE	TOMATE	CHICKPEAS	CUCUMBER	KALE IN SOY SAUCE	SHEPHERD'S PIE	GRILLED CHICKEN	PTS HIDDEN	ROASTED CHUCHU WITH PARMESAN / ESCAROLA VIAGRETE	APPLE / BANOFF	JUICE
17-Aug	WED	LETTUCE	TOMATE	LENTIL VINAGRETE	CAMBUÇI PEPPER	NTAIN W/ LEMON SAUCE	ROASTED CHICKEN	BRAISED GROUND BEEF	ZUCCHINI STUFFED WITH QUINOA AND CHEESE	COLORIED SCREW MACARONI GARLIC AND OIL / RATATULE	MANGO	JUICE
18-Aug	THU	LETTUCE	TOMATE	BLACK RICE	SWEET POTATO	ZILIAN MAYONNAISE SAUCE	GRILLED MEAT	CHICKEN DRUMET WITH ORANGE JUICE AND HONEY	PIE WITH VEGETABLES AND LENTIL	CONCHIGLIONE A POMODORO / SAWED CABBAGE	*BANANA / BRIGADEIRO*	JUICE
19-Aug	FRI	LETTUCE	TOMATE	PEAS	SEASONED ZUCCHINI	POTATOES W/ HERBS	BAKED SALMON	DICED BEEF	WHITE BEAN BROKEN	CREAMY PALM RICE / BABY CARROTS	Watermelon	JUICE
20-Aug	SAT											
21-Aug	SUN											
22-Aug	MON	LETTUCE	TOMATE	WHEAT GRAIN	CHAYOTE W/ PARSLEY	EGGPLANT CAPONATA	CHICKEN FRICASSÉ	ROASTED MEAT	FRICASSE OF VEGETABLES + GRANS	BEANS / EGGPLANT IN THE OVEN	GRAPE	JUICE
23-Aug	TUE	LETTUCE	TOMATE	QUINOA VINAGRETE	VEGETABLES USA	OF PALM W/ CHERRY	CHICKEN STEW	BEEF IN OLIVE SAUCE	EGGPLANT LASAGNA WITH CHEESE	OKRA / CREAMY POLENTA	BANANA / DUTCH PIE	JUICE
24-Aug	WED	LETTUCE	TOMATE	BARLEY	SEASONED GREEN BEANS	MINATED RED ONION	ROASTED BEEF	OVEN OMELET WITH CHEESE	PUMPKIN KIBE WITH WHITE CHEESE	PUNCH POTATO / FAROFA RICA	MANGO	JUICE
25-Aug	THU	LETTUCE	TOMATE	PINK RICE	GATED BEET	QUAIL EGGS	HICKEN PUFF PASTRY WITH CATUPRY	STEAK	CABBAGE CIGAR WITH LENTIL AND PTS	MANDIOQUINHA SAUTE / CRISPY CABBAGE	PINEAPPLE	JUICE
26-Aug	FRI	LETTUCE	TOMATE	RED RICE	PUMPKIN	TABOULEH SALAD	KIBE	GRILLED CHICKEN W/ MINT SAUCE	ZUCCHINI STUFFED W/CHEESE	SIRIOUS RICE / MEAT AND CHEESE ESPIHA	/ BAKED APPLE WITH MINT	JUICE
27-Aug	SAT											
28-Aug	SUN											
29-Aug	MON	LETTUCE	TOMATE	BLACK EYED BEANS	CUCUMBER	PASTA SALAD	CHICKEN IN MUSTARD SAUCE	MEAT BAIT WITH MOYSHI	ZUCCHINI CANOE WITH PTS	RICE BIRO BIRO / STEAM BROCCOLIS	Watermelon	JUICE
30-Aug	TUE	LETTUCE	TOMATE	CHICKPEAS	VEGETABLES	ROASTED MANIOC	CHICKEN PARMEGIANA BAIT	GROUND BEEF WITH CORN	LENTIL KIBBEAN	SPAGHETTI GARLIC AND OIL / BEET CHIPS	APPLE / BROWNIE OREG	JUICE
31-Aug	WED	LETTUCE	TOMATE	ENTLS W/ VINAGRETE	BEEF CARPACCIO	CUSCUS	BATTERED ST PETER	ALCATRA DICED W/ POTATOES	CHICKPEA BURGUER	SPINACH CREAM SAUTEED CARROY	PINEAPPLE	JUICE