CARDÁPIO

NOVEMBRO

CSB 1858

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
02 FERIADO	**03** Alface/Alface crespa Tomate Beterraba ralada Salada brasileirinha Molho à campanha/Molho italiano Arroz à piamontese Brócolis ao alho Omelete na chapa Maminha assada no sal grosso Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Doce de leite Melancia/Banana Suco de uva	**04** Alface/Alface roxa Tomate Cenoura ralada Berinjela mediterrânea Molho à campanha/Limão Abóbora sauté Repolho refogado com especiarias Isca de frango grelhada Lasanha à bolonhesa Arroz branco/Arroz integral Feijão carioca Farofa Mousse de manga Mamão/Banana Suco de laranja com acerola	**05** Alface/Rúcula Tomate Feijão branco com tomate e salsa Salada caesar Molho à campanha/Molho chimichurri Guarnição à francesa Couve-flor crocante Canelone de frango ao molho sugo Isca de carne ao alho Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Cocada cremosa Laranja/Banana Suco de caju	**06** Alface/Mix de folhas Tomate Pepino com rabanete Chuchu especial Molho à campanha/logurte com hortelã Batata sauté Duo de legumes Peixe gratinado Bife acebolado Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Pudim gamadinho Melão/Banana Suco de maracujá
09 Alface/Alface roxa Tomate Cenoura com milho Salada refrescante Molho à campanha/Molho de alho Macarrão ao molho sugo Couve-flor com tomate assado Filé de frango acebolado Hamburgão à pizzaiolo Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Pudim de pão Maçã/Banana Suco de manga	**10** Alface/Alface crespa Tomate Abóbora à campanha Salada argentina Molho à campanha/Azeite ao alho Batata rústica Berinjela à provençal Strogonoff de frango Bife ao molho mostarda Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Pudim de chocolate com calda de caramelo Duo de frutas/Banana Suco de tangerina	**11** Alface/Agrião Tomate Repolho bicolor com orégano Salpicão de cenoura Molho à campanha/Limão Legumes assados Abacaxi grelhado Frango assado ao molho agridoce Filé mignon suíno ao molho teriyaki Arroz branco/Arroz integral Feijão carioca Farofa Creme de morango Laranja/Banana Suco de goiaba	**12** Alface/Mix de folhas Tomate Beterraba cozida Antepasto de berinjela Molho à campanha/Azeite com ervas Banana d'água à milanesa Couve refogada Drumet ao molho barbecue Churrasquinho misto Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Manjar com calda de ameixa Uva verde/Banana Mate	**13** Alface/Rúcula Tomate Abobrinha com cebola roxa, tomate cereja e azeite Salada grega Molho à campanha/Molho billy jack Nhoque ao molho sugo Chuchu à moda da casa Filé de peixe grelhado Carne moída ao molho Arroz branco/Arroz integral Feijão Farofa Mousse de limão Melancia/Banana Suco de laranja com morango
16 Alface/Agrião Tomate Banana agridoce Vagem mimosa Molho à campanha/Molho rosê Macarrão ao molho branco Cenoura vick Frango crispy Bife grelhado ao molho roty Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Doce de leite Mamão/Banana Suco de limão	**17** Alface/Alface Roxa Tomate Couve-flor com tomate cereja Salada crocante Molho à campanha/Azeite com ervas Bolinho de aipim gratinado Brócolis no vapor Filé de frango grelhado Carne assada ao molho italiano Arroz branco/Arroz integral Feijão carioca Farofa Canjica Melão/Banana Suco de uva	**18** Alface/Alface crespa Tomate Beterraba cozida Salada vegetariana Molho à campanha/logurte com hortelã Quibebe Abobrinha grelhada Filé de coxa assado ao molho agridoce Panqueca de carne Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Torta invertida de banana Laranja/Banana Suco de graviola	**19** Alface/Mix de folhas Tomate Abobrinha com tomate cereja e manjericão Salada dinamarquesa Molho à campanha/Molho tártaro Purê de batata Espinafre refogado Gurjão de peixe Picadinho carioca Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Pavê de chocolate Maçã/Banana Suco de laranja	**20** FERIADO
23 Alface/Rúcula Tomate Beterraba ralada Salada fantasia Molho à campanha/logurte com laranja Batata palha Abobrinha caprese Filé de frango com abacaxi e ameixa Strogonoff de carne Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Arroz doce Melancia/Banana Suco de manga	**24** Alface/Alface roxa Tomate Cenoura cozida Pepino, manga e gergelim Molho à campanha/Molho italiano Abóbora com gergelim Repolho refogado Escondidinho de frango crocante Bife à milanesa Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Delícia de maçã Duo de frutas/Banana Mate com limão	**25** Alface/Alface crespa Tomate Batata alemã Lentilha com cebola dourada Molho à campanha/Molho de alho Creme de milho Chuchu mimoso Filé de frango empanado Picadinho ao molho Arroz branco/Arroz integral Feijão carioca Farofa Pudim sensação Melão/Banana Suco de morango	**26** Alface/Agrião Tomate Feijão fradinho com atum e salsa Salada agreste Molho à campanha/Limão Macarrão ao alho e óleo Cassata de berinjela Frango assado ao molho agridoce Carne moída ao molho Arroz branco/Arroz integral Feijão carioca Farofa Mousse de maracujá Salada de frutas/Banana Suco de caju	**27** Alface/Mix de folhas Tomate Pepino com rabanete Salada caprese Molho à campanha/Azeite ao alho Cuscuz marroquino Brócolis ao alho Empadão de camarão Bife ao molho mostarda Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Cuscuz Laranja/Banana Suco de goiaba
30 Alface/Alface roxa Tomate Salada brasileirinha Salada capri Molho à campanha/Mostarda com creme de leite e ervas Arroz à piamontese Cenoura com alho-poró Ovos mexidos Maminha assada no sal grosso Arroz branco/Arroz integral Feijão preto Farofa Mesclado de uva Mamão/Banana Suco de tangerina				

*Cardápio sujeito a alterações.

couveflor cultura gastronômica

CARDÁPIO

CSB 1858

NOVEMBRO

COLAÇÃO

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
FERIADO	03 Smoothie floresta negra Opção: fruta ou suco	04 Vitamina tropical Opção: fruta ou suco	05 Mingau de aveia Opção: fruta ou suco	06 Vitamina de abacate Opção: fruta ou suco
09 Café com leite Opção: fruta ou suco	10 Mingau de chocolate Opção: fruta ou suco	11 Maracujá ao leite Opção: fruta ou suco	12 Vitamina de frutas Opção: fruta ou suco	13 Mingau de baunilha Opção: fruta ou suco
16 Achocolatado frio Opção: fruta ou suco	17 Mingau de aveia Opção: fruta ou suco	18 Morango ao leite Opção: fruta ou suco	19 Vitamina de banana com aveia Opção: fruta ou suco	FERIADO
23 Mingau de chocolate Opção: fruta ou suco	24 Vitamina de mamão Opção: fruta ou suco	25 Iogurte com morango Opção: fruta ou suco	26 Mingau de baunilha Opção: fruta ou suco	27 Smoothie de coco Opção: fruta ou suco
30 Café com leite Opção: fruta ou suco				

LANCHE

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
FERIADO	03 Suco Queijo quente Opção: fruta	04 Suco Hambúrguer de forno Opção: fruta	05 Suco Pastel de forno de frango Opção: fruta	06 Suco Brownie Opção: fruta
09 Suco Pão de queijo Opção: fruta	10 Suco Pastel de forno de carne Opção: fruta	11 Suco Pão de batata com frango Opção: fruta	12 Suco Rocambole de doce de leite Opção: fruta	13 Suco Croissant de queijo Opção: fruta
16 Suco Pão na chapa Opção: fruta	17 Suco Açaí Opção: fruta	18 Suco Esfirra aberta de queijo Opção: fruta	19 Suco Croissant de chocolate Opção: fruta	FERIADO
23 Suco Milho cozido Opção: fruta	24 Suco Cheeseburguer Opção: fruta	25 Suco Bolo de chocolate com calda Opção: fruta	26 Suco Pizza Opção: fruta	27 Suco Esfirra fechada de carne Opção: fruta
30 Suco Pão suíço com pasta de frango Opção: fruta				

*Cardápio sujeito a alterações.

couveflor
cultura gastronômica