

SEMANA 1	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA DO MÊS					1/3/2019
Arroz	----				Branco/ Integral
Feijão	----				Preto
Prato principal	----				Bisteca Suína
Guarnição	----				Farofa Crocante
Salada 1	----				Alface Crespa
Salada 2	----				Acelga com Rúcula
Salada 3	----				Vinagrete
Salada 4	----				Berinjela temperada
Opção vegetariana	----				Ovo Cozido
Sobremesa	----				Salada de Frutas

SEMANA 2	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA DO MÊS	4/3/2019	5/3/2019	6/3/2019	7/3/2019	8/3/2019
Arroz	-	-	-	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	-	-	-	Carioca	Carioca
Prato principal	-	-	-	Carne Moída ao Sugo	Filé de Frango Grelhado
Guarnição	-	-	-	Espaguete ao Alho e Óleo	Legumes Sautê
Salada 1	-	-	-	Almeirão	Acelga
Salada 2	-	-	-	Alface Crespa e Roxa	Mix de folhas
Salada 3	-	-	-	Caponata de Berinjela	Tomate com Rabanete
Salada 4	-	-	-	Chuchu com Milho Verde	Beterraba Cozida
Opção vegetariana	-	-	-	Paçoca	Maçã
Sobremesa	-	-	-	Proteína de Soja ao Molho Vermelho	Hambúrguer de Aveia

SEMANA 3	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA DO MÊS	11/3/2019	12/3/2019	13/3/2019	14/3/2019	15/3/2019
Arroz	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Rouxinho	Carioca	Preto	Tutu com Ovos e Torresmo	Rouxinho
Prato principal	Bife Suíno Acebolado	Cubos de Frango	Isclas de Boi Acebolada	Sobrecoxa Cozida com Quiabo	Bife ao Molho Madeira
Guarnição	Purê de Moranga	Repolho Refogado com Bacon	Batata Doce Sautê	Couve Refogada ao Alho	Farofa Especial
Salada 1	Almeirão	Acelga com Agrião	Mostarda	Alface com Almeirão	Repolho Roxo com Agrião
Salada 2	Alface com Rúcula e Manga	Mix de folhas	Alface com Almeirão	Beterraba Ralada	Mix de Folhas
Salada 3	Tomate com Manjeriço e Cebola	Moranga Ralada	Italiana (Repolho Roxo, Uva passas, Cenoura e Abacaxi)	Pepino com Abacaxi	Tomate Meia Lua com Orégano
Salada 4	Abobrinha Colorida	Macarronese	Chuchu com Cheir Verde	Cenoura Cozida com Ervilha	Couve-flor com Brócolis e Milho
Opção vegetariana	Mix de Grãos	Ovos Mexidos	Kafta Vegetariano	Panqueca de Legumes	Ovo Cozido
Sobremesa	Laranja	Gelatina de Cereja	Abacaxi	Melancia	Pudim de Chocolate

MÊS de MARÇO / 2019

SEMANA 3	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA DO MÊS	18/3/2019	19/3/2019	20/3/2019	21/3/2019	22/3/2019
Arroz	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Carioca	Rouxinho	Preto	Carioca	Carioca
Prato principal	Estrogonoffe de Frango	Carne Bovina de Panela	Bife de Porco	Filé de Frango Grelhado	Filé de Peixe à Milanese
Guarnição	Batata Palha	Mandioca Sautê	Virado de Couve	Cenoura ao Molho Branco	Batata Bolinha com Orégano
Salada 1	Alface Crepa	Almeirão	Alface Crespa e Roxa	Acelga e Agrião	Alface Crespa
Salada 2	Acelga com Almeirão	Mix de Folhas	Rúcula com Agrião e Manga	Repolho Bicolor	Couve com Cebola
Salada 3	Cenoura Ralada	Rabanete, Nabo e Pepino	Tomate com Cebola	Beterraba Ralada	Tabule
Salada 4	Vagem , Couve-flor e Cheiro Verde	Ervilha, Milho e Couve-Flor	Antepasto de Benrijela	Abobrinha Cozida	Grão de Bico
Opção vegetariana	Estrogonoffe de Grãos	Croquete de Ervilha	Hambúrguer de Soja e Beterraba	Ovo Frito	Panqueca de Proteína de Soja
Sobremesa	Doce de Leite	Melão	Banana	Arroz Doce	Laranja

SEMANA 5



Cardápio Restaurante Contagem

MÊS de MARÇO / 2019

SEMANA 5	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA DO MÊS	25/3/2019	26/3/2019	27/3/2019	28/3/2019	29/3/2019
Arroz	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Preto	Carioca	Rouxinho	Carioca	Carioca
Prato principal	Bife Suíno Acebolada	Almôndega Bovina ao Sugo	Sobrecoxa Cozida com Quiabo	Bife Bovino de Panela	Filé de Frango à Parmegiana
Guarnição	Abóbora Moranga ao Molho Vermelho	Macarrão na Manteiga	Polenta	Almeirão ao Alho	Purê de Batata
Salada 1	Acelga	Rúcula, Agrião e Manga	Alface e Almeirão	Alface Crespa	Alface Crespa e Roxa
Salada 2	Italiana	Mix de Folhas	Acelga com Agrião	Salada Colorida (Beterraba e Cenoura)	Almeirão
Salada 3	Cenoura Ralada com Tomate	Pepino com Abacaxi	Tomate com Manjeriçã e Cebola	Salpicão de Frios (Repolho, Pimentão, Tomate, Milho, Creme culinário)	Moranga Ralada
Salada 4					
Opção vegetariana	Mix de Grãos	Almôndegas de Proteína de Soja	Kibe de Abóbora e Soja	Omelete	Mix de Grãos
Sobremesa	Doce de Abóbora com Coco	Laranja	Goiabada	Abacaxi	Salada de Frutas

SEMANA 5
