

CARDÁPIO SEMANAL ALMOÇO

Semana: 16/09 - 20/09

HMMM

Segunda-feira

Bife grelhado
Isclas de frango ao
molho
Risoto de palmito
Cenoura com vagem
sautee
Sopa canja

Saladas diversas

Melancia
Canjica

Terça-feira

Lombo assado
Carne moída seleta
Farofinha com quinoa
Chuchu ao molho
branco
Sopa minestra

Saladas diversas

Melão
Paçoca de colher

Quarta-feira

Frango à pizzaiolo
Carne de panela
Espaguete alho e óleo
Abobrinha assada
Sopa de lentilha

Saladas diversas

Abacaxi
Manjar de coco com
goiabada

Quinta-feira

Almôndegas ao sugo
Picadinho com legumes
coloridos
Escondidinho de
abóbora com queijo
Legumes sautee
Sopa mineira

Saladas diversas

Salada de frutas
Gelatina dora

Sexta-feira

Copa lombo grelhado
Ovo na chapa
Tutu de feijão
Couve refogada
Sopa portuguesa

Saladas diversas

Laranja
Pudim com calda doce
de leite

SPEISEPLAN MITTAGESSEN

WOCHE 16.09 - 20.09.

HMMM

MONTAG

Gegrilltes Steak
Hühnergeschnetzeltes
mit Sauce
Risotto mit Palmenherz
Butterkarotten mit
grünen Bohnen
Suppe

Salat

Wassermelone
Canjica

DIENSTAG

Schweinefilet
Hackfleisch mit Gemüse
Maniokmehl mit *Quinoa*
Chuchu mit Sauce
Suppe

Salat

Melone
Paçoca

MITTWOCH

Hähnchen *Pizzaiolo*
Fleischeintopf
Spaghetti mit Knoblauch
Gebratene Zucchini
Suppe

Salat

Ananas
Kokospudding mit
Guave

DONNERSTAG

Frikadellen mit
Tomatensauce
Fleisch mit Gemüse
Auflauf mit Zucchini und
Käse
Suppe

Salat

Obstsalat
Götterspeise

FREITAG

Gegrilltes Schweinefilet
Spiegeleier
Tutu de feijão
Gedünsteter Grünkohl
Suppe

Salat

Apfelsine
Pudding mit *Doce de*
Leite