

# M E N U S E M A N A L

01 À 05 DEZ. 2025

DIARIAMENTE OFERECEMOS MIX DE  
FOLHAS, ARROZ BRANCO E  
INTEGRAL, FEIJÃO (BRANCO,  
CARIOCA, PRETO OU VERMELHO), OU  
LENTILHA, ÁGUA MINERAL E FRUTAS  
(SOBREMESA);

O MENU PODERÁ SER ALTERADO SEM  
AVISO PRÉVIO, NESTE CASO AS  
PREPARAÇÕES SERÃO SUBSTITUÍDAS  
POR OUTRAS DO MESMO VALOR  
NUTRICIONAL.

HAVENDO RESTRIÇÕES  
ALIMENTARES, AS PREPARAÇÕES  
SERÃO ADAPTADAS DE FORMA  
SEGURA E COM SUPERVISÃO DA  
NUTRICIONISTA.

## QUARTA

03 DEZEMBRO

SALADA

SALADA DE ACELGA,  
COUVE, TOMATE E CEBOLA

BETERRABA RALADA

PRATO PRINCIPAL  
ESTROGONOFÉ DE CARNE

OPÇÃO

FRANGO ASSADO

GUARNIÇÃO

BATATA ASSADA

BERINJELA REFOGADA

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO

## SEGUNDA

01 DEZEMBRO

SALADA

SALADA DE PEPINO

SALADA DE TOMATE COM  
ERVILHA

PRATO PRINCIPAL  
FILÉ DE FRANGO  
GRELHADO

OPÇÃO

RAGU DE CARNE

GUARNIÇÃO  
MASSA SALTEADA

BRÓCOLIS AO VAPOR

CENOURA SALTEADA

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO

## TERÇA

02 DEZEMBRO

SALADA

TABULE

SALADA DE COUVE FLOR

PRATO PRINCIPAL  
CHURRASQUINHO DE  
CARNE

OPÇÃO

OMELETE DE SHITAKE

GUARNIÇÃO  
VAGEM REFOGADA

CHICÓRIA REFOGADA

SOBREMESA

FLAN DE CACAU

## QUINTA

04 DEZEMBRO

SALADA

SALADA DE BRÓCOLIS

SALADA DE TOMATE

PRATO PRINCIPAL  
ISCA DE FÍGADO

OPÇÃO

ESCALOPINHO FRANGO  
GRELHADO

GUARNIÇÃO

MILHO SALTEADO

PURÊ DE BATATA

SOBREMESA

BOLO DE LARANJA

## SEXTA

05 DEZEMBRO

SALADA

CENOURA RALADA  
VINAGRETE DE ABOBRINHA

PRATO PRINCIPAL  
PEIXE ASSADO COM  
ALCAPARRAS

OPÇÃO

ESCALOPINHO DE CARNE  
SUÍNA AO MOLHO DE  
LIMÃO

GUARNIÇÃO

FAROFÁ DE BETERRABA  
CHUCHU REFOGADO COM  
SALVIA

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO