

M E N U S E M A N A L

28 À 02 SET/ OUT. 2026

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

TEMÁTICO GRECIA

30 SETEMBRO

SALADA

HORIATIKI (PEPINO, TOMATE,
AZEITONA PRETA E QUEIJO
MINAS)

SALADA DE CENOURA RALADA
E REPOLHO ROXO COM MOLHO
DE LIMÃO

PRATO PRINCIPAL
CHOINIRO LEMONATO (LASCA
DE CARNE SUÍNA REFOGADA
COM MOLHO DE LIMÃO E
ERVAS)

OPÇÃO
SOUVLAKI (ESPETINHO DE
FRANGO)

GUARNIÇÃO

BATATA ASSADA COM
ORÉGANO

ABOBRINHA GRELHADA COM
AZEITE E ERVAS

SOBREMESA
GALAKTOBOUREKO

SEGUNDA

28 SETEMBRO

SALADA

CENOURA RALADA

SALADA DE VAGEM
PRATO PRINCIPAL
ESTROGONOFÉ DE FRANGO

OPÇÃO

CARNE MOÍDA REFOGADA

GUARNIÇÃO

BATATA RUSTICA ASSADA

AGRIÃO REFOGADO

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO

TERÇA

29 SETEMBRO

SALADA

SALADA DE COUVE FLOR

SALADA DE GRÃO DE BICO
(TOMATE, PIMENTÕES,
CEBOLA ROXA, COENTRO E
SALSA)

PRATO PRINCIPAL
OVO MEXIDO COM TOMATE

OPÇÃO

FRANGO ASSADO

GUARNIÇÃO
FAROFÁ DOURADA

ABOBRINHA AO CURRY

SOBREMESA
FRUTA DA ESTAÇÃO

QUINTA

01 OUTUBRO

SALADA

SUNOMONO

BETERRABA RALADA
PRATO PRINCIPAL

KIBE DE CARNE

OPÇÃO

ESCALOPINHO DE CARNE
SUÍNA GRELHADA

GUARNIÇÃO

FAROFÁ DE CENOURA

COUVE FLOR E BRÓCOLIS
AO VAPOR

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO

SEXTA

02 OUTUBRO

SALADA

VINAGRETE DE ABACAXI

SALADA DE MILHO COM
TOMATE

PRATO PRINCIPAL

QUICHE DE ATUM

OPÇÃO

FILÉ DE FRANGO
GRELHADO

GUARNIÇÃO

COUVE REFOGADA

LEGUMES REFOGADOS

SOBREMESA
BOLO DE LARANJA