



### Cardápio de almoço - Unidade Vila Ipojuca

<b>2ª FEIRA (27/01)</b>	<b>3ª FEIRA (28/01)</b>	<b>4ª FEIRA (29/01)</b>	<b>5ª FEIRA (30/01)</b>	<b>6ª FEIRA (31/01)</b>
Salada de alface, rúcula, tomate, pepino e cenoura, arroz sete grãos, arroz, feijão, filé de frango em tirinhas, creme de milho, brócolis, frutas variadas	Salada de alface, rúcula, tomate, cenoura e milho, arroz sete grãos, arroz, feijão preto, carne moída com batata, couve refogada, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e beterraba, arroz sete grãos, arroz, feijão, sobrecoxa de frango assada, couve-flor gratinada, frutas variadas	Salada de alface, cenoura, milho e ervilha, arroz sete grãos, arroz, feijão, filé de peixe, ovo mexido, purê de batata, abobrinha grelhada, salada de frutas	Salada de alface, tomate e pepino, arroz, feijão preto, espaguete ao molho de tomate, coxinha de frango assada, cenoura no forno, frutas variadas
<b>2ª FEIRA (03/02)</b>	<b>3ª FEIRA (04/02)</b>	<b>4ª FEIRA (05/02)</b>	<b>5ª FEIRA (06/02)</b>	<b>6ª FEIRA (07/02)</b>
Salada de alface, repolho, tomate e cenoura, arroz sete grãos, arroz, feijão preto, carne de panela com legumes, couve refogada, frutas variadas	Salada de alface, tomatinho, cenoura e ovo de codorna, arroz, feijão, penne ao molho de tomate, coxinha de frango assada, abobrinha e milho, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e grão-de-bico, arroz sete grãos, arroz, feijão, filé de frango grelhado, escondidinho vegetariano, salada de frutas	Salada de alface, tomate, pepino e cebola temperada, arroz sete grãos, arroz, feijão preto, maminha assada, farofa, brócolis, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e beterraba, arroz sete grãos, arroz, feijão, filé de peixe, ovo mexido, banana da terra, vagem com alhoporó, frutas variadas
<b>2ª FEIRA (10/02)</b>	<b>3ª FEIRA (11/02)</b>	<b>4ª FEIRA (12/02)</b>	<b>5ª FEIRA (13/02)</b>	<b>6ª FEIRA (14/02)</b>
Salada de alface, couve, tomate e pepino, arroz sete grãos, arroz, feijão, estrogonofe de frango, batata com parmesão, frutas variadas	Salada de alface, couve, tomate cereja, milho e ovo de codorna, arroz de forno, arroz, feijão preto, filé de peixe grelhado, cupcake de ovo, batata com tomate no forno, frutas variadas	Salada de alface, tomate, pepino e cebola temperada, arroz, feijão, espaguete ao molho de tomate, sobrecoxa de frango assada, brócolis refogado, frutas variadas	Salada de alface, tomatinho e ovo de codorna, arroz sete grãos, arroz, feijão preto, almôndega de carne, abobrinha, milho e cenoura, salada de frutas	Salada de alface, tomate, beterraba cozida e grão-de-bico, arroz sete grãos, arroz, feijão, filé de frango à pizzaiolo, batata bolinha ao murro, frutas variadas
<b>2ª FEIRA (17/02)</b>	<b>3ª FEIRA (18/02)</b>	<b>4ª FEIRA (19/02)</b>	<b>5ª FEIRA (20/02)</b>	<b>6ª FEIRA (21/02)</b>
Salada de alface, rúcula, tomate, cenoura e pepino, arroz sete grãos, arroz, feijão preto, escondidinho de carne com batata, omelete de legumes, brócolis refogado, frutas variadas	Salada de alface, rúcula, tomate, chuchu acebolado, ovo cozido, arroz sete grãos, arroz, feijão, carne em tirinhas, farofa, couve refogada, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e beterraba cozida, arroz sete grãos, arroz, feijão preto, filé de peixe grelhado, batata-doce, lasanha de berinjela, salada de frutas	Salada de alface, tomate, cenoura e milho, arroz, feijão, yakissoba, tirinhas de frango grelhado, vagem com gergelim, frutas variadas	Salada de alface, tomatinho e ovo de codorna, arroz sete grãos, arroz, feijão, filé de frango grelhado, escondidinho vegetariano, frutas variadas
<b>2ª FEIRA (24/02)</b>	<b>3ª FEIRA (25/02)</b>	<b>4ª FEIRA (26/02)</b>	<b>5ª FEIRA (27/02)</b>	<b>6ª FEIRA (28/02)</b>

Salada de alface, tomate, cenoura e ovo de codorna, arroz sete grãos, arroz, feijão, filé de frango grelhado, couve-flor gratinada, frutas variadas

Salada de alface, cenoura e vinagrete, arroz sete grãos, arroz, feijão preto, carne em tirinhas, farofa, brócolis, frutas variadas

Salada de alface, cenoura e tabule, arroz com lentilha, arroz, feijão, quibe de forno, purê de abóbora, couve refogada, frutas variadas

Salada de alface, tomatinho, caponata de abobrinha, arroz de forno, arroz, feijão, filé de peixe grelhado, cupcake de ovo, batata com tomate no forno, salada de frutas

Salada de alface, tomatinho e pepino, arroz, feijão preto, espaguete ao molho de tomate, carne moída refogada, milho e vagem, frutas variadas

**Opção do prato principal: bife ou frango ou ovo.**

**Diariamente: duas opções de frutas.**