



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

**sodexo**  
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

**CARDÁPIO NOVEMBRO**

DATA	PRATOS BASE	SALADA I	SALADA II	SALADA III	SALADA IV	SALADA V	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃ O I	GUARNIÇÃ O II	SOBREMES A I	SOBREMES A II	LANCHE INTEGRAL	LANCHE INTEGRAL S/ LEITE E DERIVADO	KIT LANCHE	BEBIDA
01/ Novembro	ARROZ BRANCO E INTEGRAL/ FEIJÃO CARIOCA	ALFACE CRESPA	TOMATE C/PEPINO	BERINJELA A NAPOLITANA	FEIJÃO FRADINHO AO VINAGRETE	TRIO RALADO	FRICASSÉ DE FRANGO	CARNE ASSADA	VIRADO DE COUVE	BATATA CORADA	DUO DE FRUTAS	MAÇÃ	TAPIOCA C/QUEIJO/ BANANA/ SUCO	TAPIOCA C/OVO/ BANANA/ SUCO	PÃO DE QUEIJO/ MANGA/ ACHOCOLATADO	SUCO
02/Novembro - Feriado																



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

**sodexo**  
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

**CARDÁPIO NOVEMBRO**

DATA	PRATOS BASE	SALADA I	SALADA II	SALADA III	SALADA IV	SALADA V	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO I	GUARNIÇÃO II	SOBREMESA I	SOBREMESA II	LANCHE INTEGRAL	LANCHE INTEGRAL S/LEITE E DERIVADO	KIT LANCHE	BEBIDA
05/ Novembro	ARROZ BRANCO E INTEGRAL/FEIJÃO PRETO	ALFACE CRESPA C/TOMATE CEREJA	TOMATE	BATATA C/ORÉGANO	TABULE TROPICAL	VINAGRETE	SASSAMI GRELHADO	ALMÔNDEGAS	MACARRÃO AO SUGO	BRÓCOLIS AO ALHO	MELANCIA	MELÃO	PÃO DE QUEIJO/MAÇÃ/SUCO	PÃO DE BATATA DOCE/MAÇÃ/SUCO	BOLO DE CHOCOLATE/BANANA/SUCO	SUCO
06/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/FEIJÃO PRETO	ALFACE ROXA C/MANGA	TOMATE C/HORTELÃ	CENOURA COZIDA	TRIGO EM GRÃO	SALADA FATUCHE	OMELETE DE FORNO	BIFE GRELHADO	FAROFA RICA	LEGUMES SAUTÊ	LARANJA	MAÇÃ	PÃO PIZZA/BANANA/SUCO	PÃO PIZZA/BANANA/SUCO	TAPIOCA C/QUEIJO/KIWI/SUCO	SUCO
07/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/FEIJÃO CARIOCA	ALFACE AMERICANA C/ABACAXI	TOMATE	BETERRABA COZIDA	FEIJÃO FRADINHO C/SALSINHA	SALADA CHEZ CROQUE	TORTA DE FRANGO	CARNE EM CUBOS C/CEBOLA ROXA	RATATOUILLE	QUICHE DE LEGUMES	BANANA	GELATINA	BOLO DE CENOURA/MAMÃO/ACHOCOLATADO/BARRA CEREAL	BOLO DE CENOURA/MAMÃO/SUCO	MISTO QUENTE/MANGA/SUCO	SUCO
08/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/FEIJÃO CARIOCA	MISTA DE ALFACE	TOMATE	CHUCHUNA SALSA	SOJA COLORIDA	SALPICÃO VEGETARIANO	BOLINHO DE PEIXE	ESCALOPINHO DE FILÉ	CREME DE MILHO	VIRADO DE COUVE	ABACAXI	MAMÃO	PÃO C/OVO/MELÃO/SUCO	PÃO C/OVO/MELÃO/SUCO	PÃO DE QUEIJO/MELANCIA/ACHOCOLATADO	SUCO
09/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/FEIJÃO PRETO	ALFACE LISA	TOMATE	ABÓBORA NA SALSA	FEIJÃO BRANCO AO VINAGRETE	MAIONESE DE LEGUMES	STROGONOFF DE FRANGO	CARNE DESFIADA	COUVE FLOR AO ALHO	BATATA RÚSTICA ASSADA	MELANCIA	SALADA DE FRUTAS	MUFFIN DE BANANA/MAÇÃ/SUCO	MUFFIN DE BANANA/MAÇÃ/SUCO	SANDUICHE NATURAL/TANGERINA/SUCO/BARRA CEREAL	

Observação: Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade dos produtos.



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

**sodexo**  
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

CARDÁPIO OUTUBRO																
DATA	PRATOS BASE	SALADA I	SALADA II	SALADA III	SALADA IV	SALADA V	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO I	GUARNIÇÃO II	SOBREMOESA I	SOBREMOESA II	LANCHE INTEGRAL	LANCHE INTEGRAL S/LEITE E DERIVADO	KIT LANCHE	BEBIDA
12/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA	ALFACE ROXA C/MANGA	TOMATE	CHUCHU C/MILHO	TABULE	SALADA TROPICAL	FRANGO XADREZ	LAGARTO RECHEADO C/CENOURA	LEGUMES SAUTÊ	PURÊ DE BATATA	ABACAXI	MAMÃO	BRIOCHE C/REQUEIÃO/BANANA/SUCO	PÃO INTEGRAL C/PEITO DE PERU/BANANA/SUCO	PÃO C/OVO/MAÇÃ/SUCO	SUCO
13/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA	ALFACE AMERICANA	TOMATE C/HORTELÃ	CENOURA COZIDA	SOJA C/SALSINHA	REPOLHO AO VINAGRE	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	ROCAMBOLE DE CARME	BERINJELA A PIZZAIOLO	FAROFA DE BANANA	GELATINA COLORIDA	MELÃO	BOLO DE CHOCOLATE/MELANCIA/SUCO	BOLO DE CHOCOLATE/MELANCIA/SUCO	PÃO DE QUEIJO/ABACAXI/BARRA CEREAL/SUCO	SUCO
14/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO PRETO	MISTA DE ALFACE C/TOMATE CEREJA	TOMATE	ABOBRI-NHA REFOGADA	FEIJÃO FRADINHO C/ABACAXI	TRIO RALADO	OMELETE DE LEGUMES	BIFE GRELHADO	MACARRÃO A PARISIENSE	CANJA	BANANA	MELANCIA	EMPADÃO DE FRANGO/MAÇÃ/SUCO	EMPADÃO DE FRANGO/MAÇÃ/SUCO	CUSCUZ C/QUEIJO/BANANA/SUCO	SUCO
<b>15/Novembro - Feriado</b>																
16/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA	ALFACE CRESPA	TOMATE C/MANJERICÃO	BETERRABA COZIDA	TRIGO EM GRÃOS	MAIONESE E DE LEGUMES	FILÉ DA COXA GRELHADO	CUBOS AO MOLHO MADEIRA	MOQUECA DE BANANA	FAROFA RICA	LARANJA	MAÇÃ	TAPIOCA C/QUEIJO/BANANA/BARRA CEREAL/SUCO	TAPIOCA C/OVO/ DUO DE FRUTAS/SUCO	TORTA DE BANANA/MAMÃO/SUCO	SUCO

Observação: Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade dos produtos.



**CARDÁPIO NOVEMBRO**

DATA	PRATOS BASE	SALADA I	SALADA II	SALADA III	SALADA IV	SALADA V	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO I	GUARNIÇÃO II	SOBREMESA I	SOBREMESA II	LANCHE INTEGRAL	LANCHE INTEGRAL S/LEITE E DERIVADO	KIT LANCHE	BEBIDA
19/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO PRETO	MISTA DE ALFACE C/TOMATE CEREJA	TOMATE	ABÓBORA COZIDA	SOJA C/MANJERICÃO	RABANETE C/ PASSAS	PEIXE DESFIADO	BIFE GRELHADO	COUVE FLOR GRATIANADA	CENOURA C/MILHO	MAÇÃ	MELÃO	PÃO DE QUEIJO/MELANCIA/SUCO	PÃO DE BATATA DOCE/MELANCIA/SUCO	EMPADÃO DE FRANGO/ ABACAXI/ SUCO	SUCO
20/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO PRETO	ALFACE AMERICANA	TOMATE C/MANJERICÃO	BETERRABA COZIDA	LENTILHA	SALADA ANDALUZA	FRANGO GRELHADO	MUSSAKA	MACARRÃO AO SUGO	SELETA DE LEGUMES	LARANJA	MAMÃO	TORRADA C/PATÊ /BANANA/ SUCO	TORRADA C/PATÊ/ BANANA/ SUCO	MISTO QUENTE/ MAÇÃ/SUCO	SUCO
21/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIÓCA	ALFACE LISA C/MANGA	TOMATE	CENOURA COZIDA C/SALSINHA	FEIJÃO FRADINHO C/ABACAXI	SALADA ISTAMBUL	SOBRECOCXA ASSADA	CAPELETTI DE CARNE	FAROFA RICA	SUFLÊ DE LEGUMES	BANANA	PUDIM	CUSCUCZ C/QUEIJO/ SUCO/MAMÃO/ BARRA CEREAL	CUSCUCZ/ MAMÃO/SUCO	PÃO C/PATÊ DE PEITO DE PERU E CENOURA RALADA/LARANJA/SUCO	SUCO
22/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIÓCA	ALFACE ROXA	TOMATE C/HORTELÃ	CHUCHU C/ SALSINHA	TRIGO EM GRÃOS	SALADA FATUCHE	OVOS DE FORNO	STROGONOFF DE CARNE	BATATA BOLINHA ASSADA	QUIBEBE DE ABÓBORA	ABACAXI	SALADA DE FRUTAS	PIPOCA/MAÇÃ/ SUCO	PIPOCA/MAÇÃ/ SUCO	BOLO DE CENOURA/BANANA/SUCO	SUCO
23/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO PRETO	ALFACE CRESPA	TOMATE	BERINJELA A NAPOLITANA	TABULE DOCE	SALADA MUNIQUE	FRANGO RECHEADO	PICADINHO DE CARNE ACEBOLADA	VIRADO DE CENOURA	CREME DE MILHO	DUO DE FRUTAS	MAÇÃ	SANDUICHE NATURAL/ MELANCIA/ SUCO	SANDUICHE NATURAL/ MELANCIA/ SUCO	PÃO DE QUEIJO/ MANGA/SUCO	SUCO



Um espaço moderno e agradável que estimula de forma criativa e inteligente a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

**sodexo**  
SERVIÇOS DE QUALIDADE DE VIDA

**CARDÁPIO OUTUBRO**

DATA	PRATOS BASE	SALADA I	SALADA II	SALADA III	SALADA IV	SALADA V	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO I	GUARNIÇÃO II	SOBREMESA I	SOBREMESA II	LANCHE INTEGRAL	LANCHE INTEGRAL/S/LEITE E DERIVADO	KIT LANCHE	BEBIDA
26/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA	ALFACE ROXA C/TOMATE CEREJA	TOMATE	BATATONES E	LENTILHA C/MANJERICÃO	VINAGRETE VERÃO	COPA LOMBO ASSADO C/MOLHO	FRANGO ASSADO	ABACAXI GRELHADO	FAROFA RICA	MAÇÃ	MELANCIA	PÃO C/OVO/ BANANA/ SUCO	PÃO C/OVO/ BANANA/ SUCO	TAPIOCA C/QUEIJO/CHOCOLATADO/BANANA	SUCO
27/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA	ALFACE LISA C/MANGA	TOMATE	BETERRABA COZIDA	FEIJÃO BRANCO AO VINAGRETE	SALADA CHEZ CROQUE	OMELETE DE LEGUMES	BIFE GRELHADO	CUSCUZ A PAULISTA	MACARRÃO AO SUGO	MELÃO	SALADA DE FRUTAS	BOLO DE CENOURA/ MAMÃO/SUCO	BOLO DE CENOURA/ MAMÃO/SUCO	SANDUICHE NATURAL/ TANGERINA/ SUCO	SUCO
28/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO PRETO	MISTA DE ALFACE	TOMATE	ABOBRINHA REFOGADA	FEIJÃO FRADINHO C/SAL SINHA	SALADA ESPERTA	QUICHE DE FRANGO	ESCALOPE DE ALCATRA	BATATA PALITO ASSADA	BRÓCOLIS REFOGADO	BANANA	GELATINA	PÃO A PIZZAIOLO/ MAÇÃ/SUCO	PÃO A PIZZAIOLO/ MAÇÃ/SUCO	MUFFIN DE BANANA/SALADA DE FRUTAS/SUCO	SUCO
29/ Novembro	ARROZ INTEGRAL / ARROZ BRANCO/ FEIJÃO PRETO	ALFACE AMERICANA	TOMATE	ABÓBORA C/SALSINHA	SOJA COLORIDA	SALADA IPANEMA	FILÉ DA COXA GRELHADO	PICADINHO DE CARNE	BOLINHO DE ARROZ	MACEDÔNIA DE LEGUMES	ABACAXI	MAMÃO	PÃO DE QUEIJO/ VITAMINA DE FRUTAS/ MELÃO	PÃO DE QUEIJO/ VITAMINA DE FRUTAS/ MELÃO	BOLO DE CHOCOLATE/MAÇÃ/SUCO	SUCO

30/Novembro - Feriado