



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 - BERÇÁRIO GRÃO E SOPA

	30/09/2024	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024
FRUTA	LARANJA LIMA	MANGA	MELANCIA	MAMÃO	GOIABA
ALMOÇO SOPA	BATATA BETERRABA CHICÓRIA CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	BATATA, OVO LENTILHA ABOBRINHA FRANGO FRUTA: MAÇÃ	INHAME ACELGA COUVE FLOR FRANGO FRUTA: MELÃO	CARÁ, OVO BRÓCOLIS ALMEIRÃO CARNE FRUTA: PÊRA	BATATA ABÓBORA CENOURA FRANGO FRUTA: MANGA
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO BATATA RÚSTICA CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO BRÓCOLIS NO VAPOR OVOS MEXIDOS FRUTA: MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO CENOURA AO ALHO ISCAS DE CARNE FRUTA: MELÃO	ARROZ / FEIJÃO PURÊ DE ESPINAFRE CUBOS DE CARNE FRUTA: PÊRA	ARROZ / FEIJÃO MIX DE LEGUMES GRELHADOS CUBOS DE FRANGO FRUTA: MANGA
JANTAR	INHAME, CENOURA, ABÓBORA E FRANGO FRUTA: MELANCIA	BATATA, ESPINAFRE, ERVILHA E CARNE FRUTA: ABACATE	CARÁ, MANDIOQUINHA, CHUCHU E CARNE FRUTA: LARANJA LIMA	BATATA, BETERRABA, BRÓCOLIS E FRANGO FRUTA: BANANA	CARÁ, FEIJÃO, BERNJELA E CARNE FRUTA: MAÇÃ
	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
FRUTA	GOIABA	ABACATE	MAMÃO	MELANCIA	BANANA
ALMOÇO SOPA	CARÁ, OVO COUVE FLOR ACELGA FRANGO MELANCIA	BATATA MANDIOQUINHA CENOURA CARNE FRUTA: GOIABA	BATATA BETERRABA CHICÓRIA FRANGO FRUTA: BANANA	BATATA, OVO CENOURA ABÓBORA CARNE FRUTA: MAMÃO	INHAME BRÓCOLIS ESPINAFRE FRANGO FRUTA: ABACATE
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO MIX DE LEGUMES GRELHADOS CUBOS DE FRANGO FRUTA: MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA ASSADA ISCAS DE CARNE FRUTA: GOIABA	ARROZ / FEIJÃO CHICÓRIA REFOGADA OMELETE DE FORNO FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO PURÊ DE CENOURA ISCAS DE CARNE FRUTA: MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO BRÓCOLIS COM TOMATE CEREJA ISCAS DE FRANGO FRUTA: ABACATE
JANTAR	BATATA, BRÓCOLIS, ESPINAFRE E CARNE FRUTA: GOIABA	INHAME, CHUCHU, COUVE FLOR E FRANGO FRUTA: MELÃO	BATATA, FEIJÃO, BERNJELA E CARNE FRUTA: MANGA	BATATA, ERVILHA, CHUCHU E FRANGO FRUTA: MELÃO	CARÁ, MANDIOQUINHA, CENOURA E CARNE FRUTA: PÊRA
	FERIADO	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
FRUTA		LARANJA LIMA	GOIABA	MANGA	MELÃO
ALMOÇO SOPA		INHAME CARÁ FEIJÃO BRANCO FRANGO FRUTA: MAÇÃ	BATATA, AVEIA BERINJELA ESCAROLA CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	CARÁ, OVO CHUCHU MANDIOQUINHA FRANGO FRUTA: MELÃO	INHAME, AVEIA BRÓCOLIS ERVILHA CARNE FRUTA: MAÇÃ
ALMOÇO GRÃO		ARROZ / FEIJÃO BATATA RÚSTICA ASSADA FRANGO EM CUBOS FRUTA: MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO VAGEM AO VINAGRETE CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO MIX DE LEGUMES ASSADOS OMELETE DE FORNO FRUTA: MELÃO	ARROZ / FEIJÃO COUVE FLOR COM ERVAS ISCAS DE CARNE FRUTA: MAÇÃ
JANTAR		BATATA, ACELGA, BETERRABA E CARNE FRUTA: MANGA	CARÁ, ABÓBORA, CENOURA E FRANGO FRUTA: PÊRA	INHAME, BRÓCOLIS, ESPINAFRE E CARNE FRUTA: ABACATE	BATATA, CHUCHU, ACELGA E FRANGO FRUTA: MANGA
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
FRUTA	ABACATE	MAMÃO	MELANCIA	LARANJA LIMA	MELÃO
ALMOÇO SOPA	BATATA, OVO BETERRABA ABOBRINHA FRANGO FRUTA: GOIABA	INHAME, COUVE FLOR ACELGA CARNE FRUTA: BANANA	INHAME, OVO BERINJELA MANDIOQUINHA FRANGO FRUTA: MELÃO	CARÁ, ABÓBORA CENOURA CARNE MOÍDA FRUTA: MAÇÃ	BATATA BRÓCOLIS ESPINAFRE FRANGO FRUTA: MANGA
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO COUVE REFOGADA CUBOS DE FRANGO FRUTA: GOIABA	ARROZ / FEIJÃO MANDIOQUINHA SAUTÉ CUBOS DE CARNE FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO LEGUMES ASSADOS OMELETE DE FORNO FRUTA: MELÃO	ARROZ / FEIJÃO ESPINAFRE AO VINAGRETE CARNE MOÍDA FRUTA: MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO PURÊ DE BERINJELA CUBOS DE FRANGO FRUTA: MANGA
JANTAR	INHAME, CENOURA, ABÓBORA E CARNE FRUTA: MAÇÃ	BATATA, ESCAROLA, BRÓCOLIS E FRANGO FRUTA: PÊRA	CARÁ, LENTILHA, CHUCHU E CARNE FRUTA: MANGA	BATATA, COUVE FLOR, ACELGA E FRANGO FRUTA: ABACATE	INHAME, MANDIOQUINHA, TOMATE E CARNE FRUTA: BANANA
	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
FRUTA	LARANJA LIMA	MAMÃO	MANGA	ABACATE	MELANCIA
ALMOÇO SOPA	CARÁ, OVO CHUCHU ACELGA FRANGO FRUTA: MELÃO	BATATA BETERRABA ABOBRINHA CARNE FRUTA: MAÇÃ	INHAME, OVO MANDIOQUINHA ABÓBORA ASSADA FRANGO FRUTA: GOIABA	CARÁ, ABÓBORA CENOURA CARNE MOÍDA FRUTA: BANANA	BATATA ABOBRINHA ALMEIRÃO FRANGO FRUTA: MANGA
ALMOÇO GRÃO	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU NA SALSAS OMELETE DE FORNO FRUTA: MELÃO	ARROZ / FEIJÃO CENOURA AO ALHO ISCAS DE CARNE FRUTA: MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO CREME DE ESPINAFRE CUBOS DE FRANGO FRUTA: GOIABA	ARROZ / FEIJÃO LEGUMES ASSADOS ISCAS DE CARNE FRUTA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA À ITALIANA OVOS MEXIDOS FRUTA: MANGA
JANTAR	BATATA, BERNJELA, ESPINAFRE E CARNE FRUTA: PÊRA	BATATA, BRÓCOLIS, CENOURA E FRANGO FRUTA: BANANA	CARÁ, FEIJÃO, ABOBRINHA E CARNE FRUTA: ABACATE	INHAME, COUVE FLOR, CHUCHU E FRANGO FRUTA: MAÇÃ	BATATA, FEIJÃO, BERNJELA E CARNE FRUTA: MELÃO