

CARDÁPIO SIGNATURE - JULHO

DATA	DIA	FOLHAS VERDES	TOMATE	SALADA DIVERSA	FRUTAS	CARBOIDRATO	TOPPING 1	TOPPING 2	TOPPING 3	MOLHO 1	MOLHO 2	MOLHO 3	ARROZ	FEIJÃO	QUICHE	GUARNIÇÃO	MASSA / RISOTO	PURÉ	VEGETARIANO	PROTEÍNA 01	PROTEÍNA 02	
1/Jul	TER																					
2/Jul	QUA																					
3/Jul	QUI																					
4/Jul	SEX																					
5/Jul	SÁB																					
6/Jul	DOM																					
7/Jul	SEG																					
8/Jul	TER																					
9/Jul	QUA																					
10/Jul	QUI	Mix folhas	Rodelas empilhadas	Maionese de Batatas	Frutas	Torrada	Cebola roxa fios	Batata palha	Ovo de Codorna	Rosé	Vinagrete	Azeite/balsâmico	Arroz Branco com cenoura	Feijão Preto	Quiche de Espinafre	Batata recheada	Risoto de queijo	Puré de Aipim	Lasanha de abobrinha	Tilápia portuguesa	Filé de carne com cebola caramelizada	
11/Jul	SEX	Mix folhas	Tomate rama	Salada equilibrio	Frutas	Beiju canoa	Brócolis	Milho	Cenoura ralada fios longos	Ranch	Mostarda e mel	Azeite/balsâmico	Arroz branco	Feijão carioquinha	Quiche Vegetariano	Banana da terra grelhada	Spaghetti ao molho sugo	Puré de Batata	Stroganoff Vegetariano	Cubos de frango com fonduta de queijo	Escondidinho de carne do sol	
12/Jul	SÁB																					
13/Jul	DOM																					
14/Jul	SEG	Caesar Salad	Tomate cortado 1/4	Salada Quente Oriental	Frutas	Pão Sírio	Champignon	Chuchu em Fios	Cebola roxa fios	logurte Cítrico	Ervas	Azeite/balsâmico	Arroz Branco com Brócolis	Feijão Preto	Quiche Tomate Seco	Abobrinha recheada	Risoto de Queijo e bacon	Puré de Aipim	Tomate Recheado	Salmão ao molho de maracujá	Dadinho de carne	
15/Jul	TER	Mix folhas	Rodelas empilhadas	Grão de Bico	Frutas	Torrada	Tomate seco	Milho	Beterraba em fios	Vinagrete	logurte Cítrico	Azeite/balsâmico	Arroz Branco	Feijão Carioquinha	Quiche Lorraine	Batata sauté	Fetuccine ao Molho Alfredo	Puré de Batata Doce	Torta Vegana	Frango à francesa	Filé mignon ao molho madeira	
16/Jul	QUA	Mix folhas	Tomate rama	Rúcula com queijo branco e manga	Frutas	Croutons	Batata Palha	Azeitona	Cenoura ralada fios longos	Ranch	Pesto	Azeite/balsâmico	Arroz Branco com cenoura	Feijão Preto	Quiche de Palmito	Legumes assados	Spaghetti a Carbonara	Puré de Batata	Berinjela Caprese	Frango a cordon bleu	Parmegiana de carne	
17/Jul	QUI	Mix folhas	Tomate cereja	Lentilha	Frutas	Beiju canoa	Brócolis	Champignon	Chuchu em fios	Ervas cremoso	Rosé	Azeite/balsâmico	Arroz branco	Feijão Carioquinha	Quiche de frios	Feijão tropeiro	Risoto de Tomate com Rúcula	Puré de abóbora	Abóbora Japonesa com Gorgonzola	Lombo suíno ao molho de maçã	Filé de carne com cebola caramelizada	
18/Jul	SEX	Mix folhas	Tomate cortado 1/4	Abóbora japonesa	Frutas	Pão Sírio	Cebola roxa fios	Milho	Batata palha	Mostarda, mel e	Vinagrete	Azeite/balsâmico	Arroz branco com milho	Feijão Preto	Quiche de salmão	Farofa de couve	Penne na Manteiga	Puré de Mandioquinha	Yakissoba Vegetariano	Frango a pizzaiolo	Carne do sol	
19/Jul	SÁB																					
20/Jul	DOM																					
21/Jul	SEG	Mix folhas	Tomate cortado 1/4	Grão de Bico	Frutas	Croutons	Milho	Cenoura ralada em Fios	Crispy de Cebola	logurte Cítrico	Pesto	Azeite/balsâmico	Arroz Branco com cenoura	Feijão Carioquinha	Quiche de Espinafre	Tomate recheado	Risoto ao molho pizza	Puré de Mandioquinha	Stroganoff Vegetariano	Frango ao molho de laranja	Filé mignon ao molho barbecue	
22/Jul	TER	Mix folhas	Rodelas empilhadas	Maionese de Batatas	Frutas	Beiju canoa	Cenoura em fios	Beterraba em Fios	Ovo de Codorna	Mostarda, mel e gengelim	Cítrico	Azeite/balsâmico	Arroz Branco	Feijão Preto	Quiche Vegetariano	Couve flor assada	Fetuccine ao Molho sugo	Puré de Aipim	Jardineira Vegana	Camarão internacional	Carne acebolada	
23/Jul	QUA	Mix folhas	Tomate rama	Salada equilibrio	Frutas	Torrada	Batata Palha	Chuchu em Fios	Alho laminado	Ervas	logurte Cítrico	Azeite/balsâmico	Arroz Branco com cenoura	Feijão Carioquinha	Quiche Lorraine	Abóbora japonesa com gorgonzola	Risoto de Queijo e bacon	Puré de Batata Doce	Yakissoba Vegetariano	Frango a parmegiana	Dadinho de carne ao molho de mostarda	
24/Jul	QUI	Caesar Salad	Tomate cereja	Lentilha	Frutas	Foccacia	Cebola roxa fios	Alcaparras	Tomate seco	Rosé	Ervas	Azeite/balsâmico	Arroz branco	Feijão Preto	Quiche de Palmito	Abacaxi caramelado	Spaghetti alho e óleo	Puré de batata	Torta vegana	Frango empanado	Filé de carne com cebola caramelizada	
25/Jul	SEX	Mix folhas	Tomate cortado 1/4	Salada de Feijão Branco	Frutas	Pão Sírio	Ovo de codorna	Cebolinha	Chuchu em fios	Mostarda, mel e	Ervas cremoso	Azeite/balsâmico	Arroz branco com milho	Feijão Carioquinha	Quiche de frios	Farofa de cenoura	Penne ao Molho Branco	Puré de abóbora	Lasanha de abobrinha	Frango a francesa	Escondidinho de carne do sol	
26/Jul	SÁB																					
27/Jul	DOM																					
28/Jul	SEG	Mix folhas	rodelas empilhadas	Salada Quente Oriental	Frutas	Torrada	Milho	Alcaparras	Tomate Seco	Vinagrete	Rosé	Azeite/balsâmico	Arroz com cenoura	Feijão Preto	Quiche de Queijo	Banana da terra grelhada	Penne na Manteiga	Puré de Mandioquinha	Mix de Legumes	Bobó de camarão	Filé de carne com cebola caramelizada	
29/Jul	TER	Mix folhas	Tomate cereja	Salada Equilibrio	Frutas	Foccacia	Abobrinha em Fios	Ovo de codorna em conserva	Alho laminado	Ranch	Mostarda e mel	Azeite/balsâmico	Arroz Branco	Feijão Carioquinha	Quiche Lorraine	Batata rústica	Risoto de Tomate com Rúcula	Puré de Batata	Abóbora Japonesa com Gorgonzola	Frango a cordon bleu	Dadinho de carne ao molho de mostarda	
30/Jul	QUA	Mix folhas	Rodelas empilhadas	Salada de Feijão Branco	Frutas	Croutons	Azeitona	Vinagrete	Cebolinha	Creme de leite com ervas	Rosé	Azeite/balsâmico	Arroz Branco com Brócolis	Feijão Preto	Quiche Tomate Seco	Farofa de bacon	Spaghetti Molho Sugo	Puré de Batata Doce	Torta Vegana	Lombo suíno ao molho de abacaxi	Filé mignon ao molho madeira	