



Cardápio almoço Xingu - Novembro/2024

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas			
Sexta	1	Filé de peixe assado	Bife grelhado	Purê de batatas	Brócolis com couve-flor refogados	Alface / Tomate	Beterraba cozida	Limão	Doce

OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE



Cardápio almoço Xingu - Novembro/2024

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas			
Segunda	4	Íscas de filé de frango grelhado	Bife ao molho madeira	Cenoura cozida	Repolho refogado	Alface / Tomate	Tomate cereja com queijo branco	Uva	Melão
Terça	5	Sobrecoxa desossada assada	Carne assada	Batata soutê	Espaguete à calabresa	Acelga fatiada / Tomate	Abobrinha refogada	Maracujá	Uva verde
Quarta	6	Filé de frango grelhado	Feijoada light / Carne moída refogada	Farofa / Banana	Couve refogada	Alface / Tomate	Milho com ervilha	Manga	Tangerina
Quinta	7	Ovos mexidos	Picadinho de carne com legumes	Chuchu refogado	Penne ao sugo	Alface americana / Tomate	Mandioquinha cozida	Laranja	Mamão
Sexta	8	Salmão assado	Íscas de bife grelhado	Lasanha	Brócolis com couve-flor refogados	Alface / Tomate	Cenoura cozida	Limão	Doce

OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE



Cardápio almoço Xingu - Novembro/2024

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas			
Segunda	11	Íscas de filé de frango grelhado	Rocambole de carne moída	Abobrinha refogada	Bolinho de arroz	Alface / Tomate	Beterraba ralada	Tangerina	Melancia
Terça	12	Estrogonofe de frango	Bife grelhado	Batata smile assada	Cenoura cozida	Alface / Tomate	Salada de legumes temperados	Maracujá	Maçã
Quarta	13	Filé de frango grelhado	Feijoada light / Carne moída refogada	Farofa / Banana	Couve refogada	Acelga / Tomate	Pepino em rodela	Morango	Laranja
Quinta	14	Frango à milanesa	Bife de panela	Vagem refogada	Creme de milho	Escarola fatiada / Tomate	Legumes cozidos	Laranja	Melão
Sexta	15	Filé de peixe assado	Panqueca de carne	Purê de batatas	Brócolis com couve-flor refogados	Alface / Tomate	Palmito com tomate cereja	Limão	Doce

OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE



Cardápio almoço Xingu - Novembro/2024

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas			
Segunda	18	Íscas de filé de frango grelhado	Carne assada com batatas	Torta de frango	Repolho refogado	Alface / Tomate	Cenoura ralada	Abacaxi	Melancia
Terça	19	Íscas de filé de frango à parmegiana	Bife grelhado	Chuchu refogado	Bolinho de espinafre	Alface americana / Tomate	Salada de brócolis com milho	Maracujá	Melão
Quarta	20	Filé de frango grelhado / Ovos estalados	Feijoada light	Farofa	Couve refogada	Alface / Tomate	Vinagrete de repolho	Goiaba	Tangerina
Quinta	21	Sobrecoxa desossada assada	Almôndegas ao sugo	Acelga refogada	Espaguete alho e óleo	Repolho fatiado / Tomate	Salada de chuchu	Laranja	Maçã
Sexta	22	Salmão assado	Carne moída refogada	Purê de batatas	Brócolis com couve-flor refogados	Alface / Tomate	Beterraba cozida	Limão	Doce

OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE



Cardápio almoço Xingu - Novembro/2024

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Guarnição 2	Salada 1	Salada 2	Suco	Sobremesa
		Prato Principal		Guarnição		Saladas			
Segunda	25	Íscas de filé de frango grelhado	Estrogonofe de carne	Batata palito assada	Abobrinha refogada	Alface / Tomate	Milho com azeitona	Goiaba	Melão
Terça	26	Fricassê de frango	Hambúrguer gourmet	Vagem refogada	Fettuccine ao molho branco	Alface americana / Tomate	Queijo branco com tomate cereja	Maracujá	Melancia
Quarta	27	Filé de frango grelhado	Feijoada light / Carne moída refogada	Farofa	Couve refogada	Alface / Tomate	Vagem com cenoura	Laranja	Uva roxa
Quinta	28	Omelete de forno	Picadinho de carne com legumes	Abobrinha refogada	Lasanha	Repolho fatiado / Tomate	Mandioquinha cozida	Melancia	Tangerina
Sexta	29	Salmão assado	Bife grelhado	Purê de batatas	Brócolis com couve-flor refogados	Alface / Tomate	Legumes cozidos	Limão	Doce

OBSERVAÇÃO: ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS E SERVIDOS DIARIAMENTE